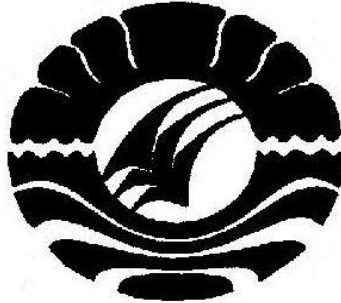


**LAPORAN TAHUN TERAKHIR
KEGIATAN IPTEK BAGI MASYARAKAT (IbM)**



**IbM KELOMPOK MAJELIS TAKLIM DI KECAMATAN BONTOALA
KOTA MAKASSAR**

Tahun ke 1 dari Rencana 1 Tahun

Oleh :

Dr. H. Muhammadong, S.Ag., M.Ag. NIDN 0028047406/ Ketua
Drs. H. Arifuddin Usman, M. Kes. NIDN 0013036511/ Anggota
Wahyudin, S.Pd., M.Pd. NIDN 0006067909/ Anggota

Dibiayai oleh:

Ditlitabmas Nomor SP DIPA: 042.06-0/2016 Berdasarkan Surat Perjanjian Pelaksanaan Hibah Pengabdian Tahun 2016 036/SP2H/PPM/DRPM/II/2016 dan Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri makassar nomor : 1050/UN36/PM/2016 Tanggal 3 Maret 2016

**UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
OKTOBER 2016**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : IBM KELOMPOK MAJELIS TAKLIM DI
KECAMATAN BONTOALA KOTA MAKASSAR

Peneliti/Pelaksana
Nama Lengkap : Dr MUHAMMADONG
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Makassar
NIDN : 0028047406
Jabatan Fungsional : Lektor Kepala
Program Studi : Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan
Nomor HP : 08152545634
Alamat surel (e-mail) : muhammadongunm@yahoo.co.id

Anggota (1)
Nama Lengkap : Drs. ARIFUDDIN USMAN M.Kes.
NIDN : 0013036511
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Makassar

Anggota (2)
Nama Lengkap : WAHYUDDIN S.Pd., M.Pd.
NIDN : 0006067909
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Makassar
Institusi Mitra (jika ada)
Nama Institusi Mitra : Majelis Taklim Miftahunnur
Alamat : Bunga Ejaya, Bontoala, Makassar, Sulawesi selatan
Penanggung Jawab : -
Tahun Pelaksanaan : Tahun ke 1 dari rencana 1 tahun
Biaya Tahun Berjalan : Rp 50.000.000,00
Biaya Keseluruhan : Rp 50.000.000,00

Mengetahui,
Dekan FIK UNM

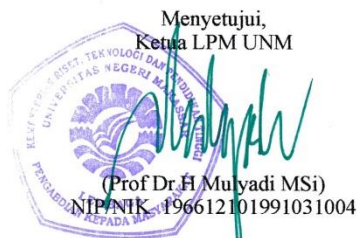


(Prof Dr. H. Andi Ihsan, M. Kes)
NIP/NIK 196504121089031001

makassar, 26 - 10 - 2016
Ketua,


(Dr MUHAMMADONG)
NIP/NIK 197404282006041001

Menyetujui,
Ketua LPM UNM



(Prof Dr H Mulyadi MSi)
NIP/NIK 196612101991031004

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Halaman Pengesahan	ii
Ringkasan	iii
Prakata.....	iv
Daftar Isi	v
Daftar Tabel.....	vi
Daftar Gambar.....	vii
Daftar Lampiran.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Analisis Situasi	1
1. 1. A. Gambar Lokasi dan batas Wilayah	1
1. 1. B. Aspek Agama	2
1.2. Permasalahan Mitra	7
BAB 2 TARGET DAN LUARAN	7
2.1. Target	7
2.2. Luaran	7
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	8
3.1. Rencana Kegiatan dan Metode	8
3.2. Langkah-Langkah Solusi	8
BAB 4 KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI	9
4.1. Kinerja Lembaga Pengabdian Masyarakat UNM	9
4.2. Jenis Kepakaran yang Diperlukan	9
BAB 5 HASIL DAN LAPORAN YANG DICAPAI	10
5. 1. A. Hasil	10
5. 2. B. Manfaat	10
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	15
6. 1. A. Kesimpulan	15
6. 2. B. Saran	16
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

RINGKASAN

Tujuan IbM ini adalah untuk meningkatkan pemahaman keagamaan kepada kelompok Majelis Taklim di Kecamatan Bontoala Kota Makassar terhadap materi penyuluhan dan pelatihan yang disampaikan. Pada umumnya Jamaah Majelis Taklim Miftahunnur dan Jamaah Majelis Taklim Ju'ranah dapat memahami materi penyuluhan dan pelatihan tentang gerakan shalat kaitannya dengan olahraga kesehatan, namun masih ada kekurangan yang perlu disempurnakan terutama menyangkut penyajian materi.

Target khusus yang ingin dicapai adalah sebagai berikut (1) kedua mitra memiliki pengetahuan tentang gerakan-gerakan shalat. (2) kedua mitra memiliki pengetahuan hubungan gerakan-gerakan shalat dengan olahraga kesehatan. (3) kedua mitra mampu mengambil manfaat bahwa gerakan-gerakan shalat sangat berguna bagi kesehatan jasmani. (4) kedua mitra mampu memimplementasikan gerakan-gerakan shalat dalam kehidupan sehari-hari sehingga shalat bukan hanya sebagai kewajiban tetapi lebih dari itu sebagai kebutuhan hidup.

Metode yang akan digunakan dalam mencapai tujuan tersebut adalah sebagai berikut: (1) Ceramah, metode ini dilakukan untuk menyampaikan materi tentang gerakan shalat kaitannya dengan olahraga kesehatan kepada anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah. (2) Diskusi, metode dilakukan untuk saling memberi masukan terhadap materi yang dibahas. (3) Praktek, metode ini dilakukan untuk mengetahui secara langsung gerakan-gerakan shalat yang sebenarnya sehingga dapat mengambil manfaat dari gerakan tersebut kaitannya dengan aspek kesehatan. Sehingga materi penyuluhan yang dilakukan bukan hanya sebatas teori tetapi mampu dipraktekkan. (4) Tanya jawab, metode ini dilakukan untuk mengetahui sejauhmana pemahaman peserta terhadap materi yang telah diterima. (5) Demonstrasi, metode ini dilakukan untuk memberi tips dan trik supaya dapat dengan mudah melakukan gerakan shalat sesuai yang di contohkan oleh Rasulullah saw. (6) Evaluasi, metode ini dilakukan untuk mengukur daya serap anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan majelis Taklim Ju'ranah terhadap materi yang telah disampaikan.

Rencana kegiatan yang diusulkan terdiri dari dua macam kegiatan pokok, yaitu (1) Kegiatan Penyuluhan: kegiatan ini dilakukan dengan memberikan materi tentang tata cara gerakan shalat sesuai yang dilakukan oleh Rasulullah saw. Kemudian mengaitkan dengan gerakan shalat dengan olahraga kesehatan. (2) Kegiatan Keterampilan: kegiatan ini dilakukan dengan cara melakukan praktek shalat Mulai dari takbiratul ihram, rukuk, iktidal, sujud, duduk diantara dua sujud, dan salam. Sehingga shalat yang dilakukan bermanfaat terhadap kesehatan.

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah swt, karena atas limpahan rahmat, taufik dan karunianya sehingga laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul **"TBM KELOMPOK MAJELIS TAKLIM DI KECAMATAN BONTOTALAKOTA MAKASSAR"** Laporan ini dapat diselesaikan berkat kerjasama dan bantuan dari berbagai pihak. Penulis menyadari banyak sumbang saran, kritik yang sifatnya konstruktif diberikan oleh berbagai pihak, sehingga mendorong penulis untuk bekerja lebih giat untuk menyelesaikan laporan ini. Untuk itu penulis dengan segala kerendahan hati meyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Si selaku ketua LPPM yang telah menyetujui dilaksanakannya penyuluhan ini.
2. Irawati Dahlan, S.Pdi selaku ketua majelis taklim masjid Miftahunnur Kel. Bunga Eja Beru Kec. Bontoala Kota Makassar dan Ibu Marwiah S. Pdi selaku ketua majelis taklim masjid Ju'ranah Kel. Layang Kec. Bontoala Kota Makassar masing-masing mereka telah bersedia membantu dalam pelaksanaan penyuluhan yang dilaksanakan di masjid.
3. Para ibu-ibu majelis taklim masjid Miftahunnur dan Ibu-Ibu majelis taklim masjid ju'ranah yang telah banyak berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan sehingga dapat terlaksana sampai akhir.
4. Kepada Ketua Masjid Miftahunnur dan ketua masjid ju'ranah yang telah banyak berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan mulai dari izin penggunaan masjid sampai kepada fasilitas yang ada dalam masjid.

Semoga amal kebaikan mereka semua mendapat pahala yang berlipat ganda disisi Allah swt.

Makassar, 26 Oktober 2016
Pengabdian



Dr. H. Muhammadong, S. Ag., M. Ag

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1. Analisis Situasi

a. Gambaran Lokasi dan Batas Wilayah

Makassar adalah Ibukota Provinsi Sulawesi Selatan, yang terletak di bagian Selatan Pulau Sulawesi, dahulu disebut Ujung Pandang, yang terletak antara 119°24'17'38 Bujur Timur dan 5°8'6'19" Lintang Selatan yang berbatasan sebelah utara dengan Kabupaten Maros, sebelah Timur Kabupaten Maros, sebelah selatan Kabupaten Gowa dan sebelah Barat adalah Selat Makassar. Luas wilayah Kota Makassar tercatat 175,77 km persegi. Luas laut dihitung dari 12 mil dari daratan sebesar 29,9 km², dengan ketinggian topografi dengan kemiringan 0° sampai 9°. Terdapat 12 pulau-pulau kecil, 11 diantaranya telah diberi nama dan 1 pulau yang belum diberi nama. Kota Makassar memiliki garis pantai 100 km yang dilewati oleh 2 sungai yaitu sungai Tallo dan sungai Jeneberang. Makassar memiliki topografi dengan kemiringan lahan 0-2° (datar) dan kemiringan lahan 3-15° (bergelombang).

Kecamatan Bontoala merupakan salah satu kecamatan di Kota Makassar yang terletak di sebelah timur Kota Makassar dengan luas wilayah lebih kurang 2,10 km persegi, dibagi dalam 12 kelurahan dengan batas wilayah pada sebelah utara berbatasan dengan Kecamatan Ujung Tanah, sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Ujung Pandang, sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Tallo dan sebelah selatan Kecamatan Makassar. Jumlah penduduk Kecamatan Bontoala pada tahun 2007 berdasarkan hasil registrasi penduduk akhir tahun 2007 mencapai 54.063 jiwa dengan jumlah ORT sebanyak 257 dan ORW 57, jumlah Rumah Tangga 10.181 dengan kepala rumah tangga penduduk 31.408.

Berdasarkan penduduk dengan jenis kelaminnya terdiri atas laki-laki sebanyak 29.843 jiwa dan perempuan sebanyak 31.006 jiwa, dibagi dalam 5 klasifikasi usia dimulai dari usia 0 – 5 tahun dengan jumlah 5.612 jiwa, usia 6-13 tahun sebanyak 5.300 jiwa, usia 14-17 tahun 6.442 jiwa, usia 18-25 tahun sebanyak 6.100 jiwa dan usia 25-60 tahun sebanyak 1.687 jiwa. Jumlah penduduk Kecamatan Bontoala berdasar status migran terdapat 25.619 jiwa atau 25,90 % penduduk yang datang untuk berusaha. Penduduk Kecamatan Bontoala bermata pencarian yang beragam terdiri dari pegawai negeri sipil sebanyak 2.122 orang, TNI sebanyak 67 orang, Polri sebanyak 113 orang, bekerja di bidang swasta 4125 orang, pedagang 3.788 orang, profesi tukang 287 orang, buruh sebanyak 3.513 orang, dan bekerja di bidang jasa 225 orang. (Makassar dalam Angka: 2011)

b. Aspek Agama

Ditinjau dari agama yang dianut, mayoritas penduduk Kecamatan Bontoala umumnya beragama Islam sebanyak 47.730 orang atau sekitar 87.30 persen, menyusul agama budha 4.99 persen dan 3.60 persen dan 3.57 persen masing agama protestan dan katolik. Untuk jumlah sarana ibadah di Kecamatan Bontoala terdapat 19 buah mesjid, 4 buah langgar/mushallah, 4 buah gereja dan 1 buah Vihara. Dan ada 2 masjid besar di kecamatan Bontoala yaitu masjid al-Markaz al-Islami dan masjid Raya. Kedua masjid tersebut menjadi icon keagamaan di Kota Makassar. (Makassar dalam Angka 2011).

Selain itu, di kecamatan Bontoala Kota Makassar juga terdapat kelompok binaan Majelis Taklim yang di kelola oleh para Ibu-ibu. Diantara majelis taklim yang ada di kecamatan Bontoala adalah Majelis Taklim Ju'ranah dan Majelis Taklim dan Majelis Taklim Miftahunnur. Tujuan pembentukan Majelis taklim tersebut disamping menjalin hubungan silaturahmi juga menambah wawasan keagamaan.

Seperti yang telah kita ketahui bahwasannya majelis taklim terdiri dari dua akar kata bahasa Arab yaitu *majlis* yang berarti tempat duduk, tempat sidang atau dewan(Mahmud Yunus:1993,90). Sedangkan *ta'lim* berarti pengajaran.(Mahmud Yunus:1993,278). Jika kita gabungkan dua kata itu dan mengartikannya secara istilah, maka dapatlah kita simpulkan bahwasannya majelis taklim memiliki arti tempat berkumpulnya seseorang untuk menuntut ilmu (khususnya ilmu agama) bersifat *nonformal* (jika kita melihat pendidikan yang ada di Indonesia ini. Majelis taklim sudah ada sejak zaman Rasulullah SAW saat dakwah pertamanya yang bertempat di rumah Arqom bin Al-Arqom. Sekarang, penamaan majelis taklim sudahlah tidak asing lagi bagi kita.

Ayat Al-Qur'an yang berbicara tentang Majelis Taklim dapat dilihat dalam Surah al-Mujadalah ayat 11, yaitu :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحَ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشَازُوا فَانْشَازُوا يَرَفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ.

Artinya :

Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.(Departemen Agama RI:1998,910).

Dengan demikian, bahwasannya majelis taklim jika dilihat dilapangan, maka ia bersifat *nonformal*, namun walaupun demikian fungsi dari majelis taklim itu sendiri sangatlah

dirasa dalam masyarakat. Majelis taklim juga banyak disorot karena perannya dalam mengembangkan pribadi Islami pada pesertanya. Hal ini menjadi tujuan majelis taklim, mungkin rumusannya bermacam-macam. Sebab para pendiri majelis taklim dengan organisasi lingkungan, dan jamaah yang berbeda, tidak pernah mengalimatkan tujuannya.

Majelis taklim merupakan lembaga pendidikan diniyah non-formal yang keberadaannya di akui dan diatur dalam : 1. Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang system pendidikan nasional. 2. Peraturan pemerintah nomor 19 tahun 2005 tentang standar nasional pendidikan. 3. Peraturan pemerintah nomor 55 tahun 2007 tentang pendidikan agama dan pendidikan keagamaan. 4. Keputusan MA nomor 3 tahun 2006 tentang struktur Departement Agama tahun 2006

Tutty Alawiyah AS (1997,78) dalam bukunya “Strategi Dakwah di Lingkungan Majelis Taklim”, merumuskan tujuan dari segi fungsinya, yaitu: *Pertama*, berfungsi sebagai tempat belajar, maka tujuan majelis taklim adalah menambah ilmu dan keyakinan agama, yang akan mendorong pengalaman ajaran agama. *Kedua*, berfungsi sebagai tempat kontak sosial, maka tujuannya silaturahmi. *Ketiga*, berfungsi mewujudkan minat sosial maka tujuannya meningkatkan kesadaran dan kesejahteraan rumah tangga dan lingkungan jamaahnya.

Muhsin MK (2009,9-12) Majelis taklim yang tumbuh dan berkembang di dalam masyarakat Indonesia jika dikelompok-kelompokkan ada berbagai macam, antara lain:

1. Dilihat dari jamaahnya, yaitu:

- a. Majelis taklim kaum ibu/muslimah/perempuan
- b. Majelis taklim kaum bapak/muslimin/laki-laki
- c. Majelis taklim kaum remaja
- d. Majelis taklim anak-anak
- e. Majelis taklim campuran laki-laki dan perempuan/kaum bapak dan ibu

1. Dilihat dari organisasinya, majelis taklim ada beberapa macam, yaitu:

- a. Majelis taklim biasa, dibentuk oleh masyarakat setempat tanpa memiliki legalitas formal kecuali hanya member tahu kepada lembaga pemerintahan setempat
- b. Majelis taklim berbentuk yayasan, biasanya telah terdaftar dan memiliki akte notaries.
- c. Majelis taklim berbentuk ormas
- d. Majelis taklim di bawah ormas.
- e. Majelis taklim di bawah orsospol.

2. Dilihat dari tempatnya, majelis taklim terdiri dari:

- a. Majelis taklim masjid atau mushola

- b. Majelis taklim perkantoran
- c. Majelis taklim perhotelan
- d. Majelis taklim pabrik atau industri
- e. Majelis taklim perumahan.

Namun pada biasanya, majelis taklim selalu berada di bawah naungan masjid. Dan memang tidak mengurangi fungsi dan makna. Yang penting majelis taklim harus berorientasi kepada kebaikan. Hanya saja kalau masjid yang dijadikan sebagai tempat kegiatan majelis taklim, maka amat sangat mulia kegiatan tersebut dan tidak mengurangi fungsi dan peran dari masjid.

Quraish Shihab (1996,459) Quraish Shihab menilai bahwa masjid adalah tempat melakukan segala aktivitas yang mengandung kepatuhan semata karena Allah semata, termasuk di dalamnya aktivitas majelis taklim. Dengan kata lain bahwa masjid adalah tempat ibadah dan tempat pendidikan dalam pengertian yang luas.

Pada saat wawancara dilakukan kepada kedua mitra (bulan Pebruari 2015), pada umumnya ibu-ibu majelis taklim ingin memperoleh pengetahuan tentang gerakan shalat yang dapat memberikan manfaat kesehatan pada jasmani. Sehingga pada nantinya mereka tidak memahami lagi shalat sebagai kewajiban tetapi dibalik itu ada manfaat lain yang akan diperoleh. Selanjutnya kelompok Ibu-ibu majelis taklim menyatakan bahwa kurangnya pemahaman mereka tentang arti shalat dan gerakan-gerakannya karena kurangnya penyuluhan tentang materi tersebut.

Hasan el-Qudsy (2012,104) Tidak dapat dipungkiri bahwa perkembangan ilmu modern telah banyak membantu para pakar dari berbagai disiplin keilmuan telah menemukan berbagai manfaat dibalik perintah shalat. Sehingga shalat memunculkan aktivitas pada perangkat tubuh dan anggota tubuh, bahkan sebagai sumber pengobatan dari berbagai penyakit.

Ibadah shalat merupakan kewajiban yang sifatnya “*ta’ab-budiy*”. Artinya, bentuk penghambaan mutlak kepada Allah yang tidak harus diketahui alasan dibalik pewajibannya. Kita semua harus tunduk terhadap apa yang telah menjadi ketetapan-Nya. Kewajiban shalat diperintahkan langsung oleh Allah kepada setiap orang yang mengaku muslim, baligh, dan berakal sehat, melalui peristiwa Isra dan Mikraj. Kewajiban itu harus dilaksanakan oleh setiap muslim yang berkewajiban dalam kondisi apapun dan kapanpun. Shalat tidak boleh ditinggalkan. Karena itu, kedudukan shalat dalam Al-Qur’an maupun hadis, sangatlah agung. Ia merupakan rukun dan tiang agama, serta menempati rukun kedua setelah membaca kedua syahadat.

Tidak dapat dipungkiri bahwa ibadah shalat merupakan salah satu bentuk perwujudan tertinggi pengesaan seorang hamba kepada Rabbnya. Dengan shalat, seorang hamba melakukan komunikasi langsung dengan Rabbnya. Memuja, tunduk, mengakui ketuhanan, dan keesaan Allah secara mutlak dihadapan-Nya. Karena shalat merupakan ritual penyembahan seorang hamba kepada Tuhan, maka tata cara pelaksanaannya langsung diajarkan oleh Allah melalui Jibri kepada Rasulullah. Allah mengajarkan kepada hamba-Nya bagaimana cara menyembah-Nya dengan benar. Seluruh tata cara shalat diformat dari pemberi perintah. Siapapun tidak berhak menambah atau mengurangi.

Di antara tujuan utama mendirikan shalat adalah untuk mengingat Allah. Karena itu tidak heran, jika hampir seluruh ucapan dalam shalat, dari mulai takbir sampai salam, merupakan perwujudan zikir kepada Allah. Salah satu tanda kesempurnaan shalat adalah ketika kita mampu mengingat dan menghadirkan Allah dalam benak kita selama melaksanakan shalat. Shalat tanpa mengingat Allah adalah shalat yang hampa dan penuh kedustaan karena tujuan didirikannya shalat adalah untuk mengingat Allah. Hal ini dijelaskan oleh Allah swt dalam surah Thaha ayat 14, yaitu :

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي

“Sesungguhnya Aku ini adalah Allah, tidak ada Tuhan (yang hak) selain Aku, maka sembahlah Aku dan dirikanlah shalat untuk mengingat Aku”.

Imam al-Alusi dalam Hasan el-Qudsy (2012,22), ketika mengomentari ayat diatas menjelaskan bahwa perintah shalat disebutkan secara eksplisit (*sharih*) padahal sebelumnya telah disebutkan perintah untuk menyembah menunjukkan keagungan ibadah shalat diantara ibadah-ibadah lain. Karena tujuan mendirikan shalat adalah untuk mengingat Allah, maka jangan sampai terjadi kealpaan atau *riya'* dalam diri seseorang saat menjalankan shalat.

Shalat dalam Islam tidak hanya di maksudkan sebagai sebuah kewajiban ritual. Tetapi lebih dari itu, shalat diharapkan mampu membentuk pola kepribadian kehidupan seseorang menjadi lebih baik. Dalam surat al-Baqarah ayat 3 disebutkan beberapa karakter al-Muttaqin (orang-orang yang bertakwa kepada Allah). Salah satu karakter utama yang bisa dilihat secara fisik adalah mereka yang mau mendirikan shalat.

Shalat adalah bentuk perwujudan dan keimanan kepada yang gaib. Tanpa keimanan kepada yang gaib, tentu tidak akan ada sebuah ketundukan. Shalat adalah bentuk ketundukan seorang hamba kepada Sang Khalik. Dengan kesadaran keimanan dan ketundukan tersebut, diharapkan kepribadian seseorang akan selalu tercerahkan oleh pantulan cahaya keimanan.

Oleh karena itu, apabila shalat didirikan dengan penuh keikhlasan dan penghayatan, akan melahirkan kepribadian yang mulia. Shalat mampu mencegah seseorang dari berbagai kemungkaran dan kemaksiatan. Allah swt berfirman dalam surah al-Ankabut ayat 45 yaitu :

إن الصلاة تنهي عن الفحشاء والمنكر

Artinya,

Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar.

Pelaksanaan ibadah shalat, selain dimaksudkan untuk mencegah seseorang dari perbuatan keji dan mungkar, juga menjadi sumber kebahagiaan bagi seorang mukmin. Shalat apabila dilakukan dengan benar dan penuh kekhusyukan akan melahirkan rasa nyaman kebahagiaan bagi yang melaksanakannya. Sebagaimana Allah firman Alah swt dalam surah al-Mukminun ayat 1-2, yaitu:

قد أفلح المؤمنون الذين هم في صلاتهم خاشعون

Artinya,

Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang beriman, (yaitu) orang-orang yang khusyuk dalam sembahyangnya.

Dalam ayat tersebut, secara tegas Allah menjanjikan akan memberikan kebahagiaan kepada orang yang mampu menjalankan ibadah shalat dengan penuh kekhusyukan, penghayatan, pemahaman, dan ketundukan diri kepada Allah.

Menurut Imam al-Ghazali dalam Hasan el-Qudsy (2012,26) adalah buah keimanan dari hasil keyakinan akan keagungan Allah. Siapa yang dapat merasakannya, niscaya akan khusyuk dalam shalatnya, bahkan saat ia sendirian. Khusyuk bisa timbul dari kesadaran bahwa Allah selalu melihat segala gerak-gerik hamba-Nya, kesadaran tentang keagungan-Nya serta tentang kekurangan diri hamba dalam melaksanakan perintah Tuhannya. Shalat yang dilakukan sedemikian rupa akan mampu memberikan ketenangan jiwa dan kepuasan spiritual. Kebahagiaan ini tidak hanya di dapatkan di dunia saja, tetapi juga besok di akhirat yang merupakan puncak segala kemuliaan dan kebahagiaan yang abadi.

Berdasarkan uraian di atas, maka tim pengusul bersama kedua mitra bersepakat untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Masalah yang dimaksud adalah penyuluhan tentang arti gerakan shalat kemudian dampak kesehatan yang dihasilkan dari gerakan shalat.

1.2. `Permasalahan Mitra

Berdasarkan analisis situasi diatas, maka tim pelaksana menggaris bawahi prioritas mitra yang dapat diselesaikan selama pelaksanaan pengabdian masyarakat. Permasalahan pokok yang akan ditangani dalam program ini adalah :

- a. Kurangnya pemahaman kelompok majelis taklim terhadap arti dari gerakan-gerakan shalat yang berkaitan dengan kesehatan.
- b. Kurangnya pemahaman kelompok majelis taklim bahwa gerakan shalat sangat menunjang terhadap perkembangan jasmani.
- c. Kurangnya pemahaman kelompok majelis taklim tentang arti shalat sehingga banyak dari mereka melaksanakan shalat hanya sekedar menggurkan kewajiban.

BAB 2. TARGET DAN LUARAN

2.1. Target

Adapun target dari program IbM ini adalah sebagai berikut :

- a. Membuat konsep kepada Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah untuk dijadikan bahan penyuluhan supaya dapat dengan mudah dipahaminya.
- b. Membuat sistem yang terintegrasi supaya terdapat penyesuaian antara Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah tentang materi yang disajikan.
- c. Membuat model penyuluhan supaya dapat dengan mudah dilakukan dengan cara praktek yang berkaitan dengan gerakan shalat.
- d. Melatih anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah tentang gerakan-gerakan shalat sehingga dapat mengambil manfaat terutama dari aspek kesehatan yang menjadi kebutuhan hidup sehari-hari.
- e. Mengajari anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah untuk menjadikan shalatnya bukan hanya sebagai kewajiban tetapi dibalik itu ada manfaat yang bisa diambil setidaknya dari aspek kesehatan.
- f. Mengajari anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah bahwa shalat bukan hanya sekedar gerakan tetapi yang ingin dicapai adalah ke khusu'an dalam shalat sehingga penyuluhan yang dilakukan bisa bermanfaat.

2.2. Luaran

Luaran yang akan dihasilkan dalam program IbM ini adalah aspek agama dan kesehatan. Dalam agama Islam, istilah ini biasa disebut dengan *kaifiyat* (metode) yaitu :

- a. Supaya semua peserta akan memiliki pemahaman tentang gerakan shalat kaitannya dengan aspek kesehatan sehingga dapat diterapkan di tengah-tengah masyarakat.

Demikian juga di harapkan dapat menjadi instruktur dan pelatih minimal di lingkungan keluarga atau masyarakat.

- b. Kepada kelompok Majelis Taklim Miftahunnur dan majelis taklim Ju'ranah mampu melakukan koordinasi supaya dapat berinteraksi kepada masyarakat khususnya yang berkaitan dengan keagamaan.
- c. Kepada anggota majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah supaya dapat bersinergi supaya dapat memakmurkan masjid khususnya yang berkaitan dengan keagamaan.
- d. Anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah dapat menjadi teladan terhadap anggota Majelis Taklim yang lain yang ada di Kota Makassar.

BAB 3 METODE PELAKSANAAN

3.1 Rencana Kegiatan dan Metode

Rencana kegiatan dan metode yang akan dilakukan adalah mengadakan pertemuan awal dan memberikan pemahaman kepada kelompok majelis taklim di Kecamatan Bontoala Kota Makassar dalam hal peningkatan wawasan keagamaan dan praktek gerakan-gerakan shalat kaitannya dengan olahraga kesehatan supaya dapat dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari dan mengambil manfaatnya. Disamping itu, dapat memberikan *skill* kepada anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah supaya kelak dapat diterapkan di masyarakat dimana mereka berdomisili sehingga mampu melahirkan masyarakat islami yang berlandaskan kepada ajaran agama. Adapun metode yang digunakan adalah penyuluhan, diskusi, praktek, tanya jawab, demonstrasi, dan evaluasi.

3.2 Langkah-langkah Solusi

Adapun langkah-langkah solusi yang dilakukan atas persoalan di atas adalah :

- a. Penyuluhan, metode ini dilakukan untuk menyampaikan materi melalui ceramah kepada anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan Majelis Taklim Ju'ranah.
- b. Diskusi, metode dilakukan untuk saling memberi masukan terhadap materi yang dibahas.
- c. Praktek, metode ini dilakukan untuk mengetahui secara langsung gerakan-gerakan shalat yang sebenarnya sehingga dapat mengambil manfaat dari gerakan tersebut kaitannya dengan aspek kesehatan. Sehingga materi penyuluhan yang dilakukan bukan hanya sebatas teori tetapi mampu dipraktekkan.
- d. Tanya jawab, metode ini dilakukan untuk mengetahui sejauhmana pemahaman peserta terhadap materi yang telah diterima.

- e. Demonstrasi, metode ini dilakukan untuk memberi tips dan trik supaya dapat dengan mudah melakukan gerakan shalat sesuai yang di contohkan oleh Rasulullah saw.
- f. Evaluasi, metode ini dilakukan untuk mengukur daya serap anggota Majelis Taklim Miftahunnur dan majelis Taklim Ju'ranah terhadap materi yang telah disampaikan.

BAB 4 KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

4.1 Kinerja Lembaga Pengabdian Masyarakat UNM

Kinerja Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Negeri Makassar (LPM UNM) telah banyak melakukan pengabdian kepada masyarakat misalnya satu tahun terakhir (Tahun Usulan 2014 tahun pelaksanaan 2015) berhasil memenangkan 1 IbW, 1 IbPE, 4 KKN-PPM dan 23 IbM, serta berbagai program pengabdian masyarakat lain, sehingga LPM UNM mempunyai banyak pengalaman dan memiliki tenaga Dosen yang terampil dalam penerapan iptek dan program wirausaha, sehingga LPM UNM layak untuk melakukan program IbM.

Disamping itu, LPM UNM juga selalu aktif memberikan informasi dalam pengajuan proposal, baik yang bersumber dari dana DIPA UNM maupun dari dana Dikti dan cara pengusulannya sesuai dengan panduan pelaksanaan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat edisi IX. LPM UNM juga menyeleksi proposal yang masuk atau setidaknya melakukan klinik proposal, supaya proposal yang diajukan dapat dengan mudah diterima.

4.2 Jenis Kepakaran yang Diperlukan

Jenis kepakaran yang diperlukan dalam menyelesaikan persoalan mitra dalam kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) adalah dibidang keahlian Pendidikan Agama Islam (PAI) yang juga merupakan Dosen PAI pada Fakultas Ilmu Keolahragaan. Sebagai pakar pada kegiatan PPM ini adalah Dr. H. Muhammadong, S. Ag., M.Ag. Adapun tim pelatih IbM ini terdiri dari :

- a. Dr. H. Muhammadong, S.Ag.,M.Ag bertindak sebagai Ketua tim pelaksana pakar dibidang Pendidikan Agama Islam (PAI) kemudian mengkaji masalah ibadah bersifat *mahdah* (hubungan kepada Allah swt) khususnya persoalan shalat didalamnya memuat gerakan-gerakan shalat. Pengabdi juga merupakan Dosen pada jurusan Penjaskesrek yang mengajarkan mata kuliah Pendidikan Agama Islam yang di dalam pelaksanaan pelatihan IbM ini sebagai pemateri utama.
- b. Drs. H. Arifuddin Usman, M. Kes dalam pengabdian ini bertindak sebagai anggota yang mempunyai kepakaran di bidang kesehatan tubuh. Kepakaran ini dibutuhkan

supaya dapat mengetahui sejauhmana dampak kesehatan yang ditimbulkan gerakan-gerakan tubuh apabila melaksanakan shalat. Disamping itu, mengajarkan pertumbuhan dan perkembangan fisik. Ilmu ini sangat dibutuhkan untuk mengetahui sejauhmana kondisi-kondisi tubuh apabila terjadi pergerakan. Yang terkait dengan itu juga adalah kepakaran di bidang psikologi olahraga. Ilmu ini sangat dibutuhkan untuk mengetahui anatomi tubuh manusia.

- c. Wahyudin, S.Pd., M.Pd, dalam pengabdian masyarakat ini bertindak sebagai anggota pelaksana yang menguasai lebih banyak tentang Olahraga, yang juga merupakan Dosen pada jurusan Ilmu Keolahragaan yang banyak menguasai teori kelentukan tubuh. Kepakaran dibutuhkan untuk mengetahui sejauhmana kelentukan tubuh bergerak pabila sedang melaksanakan shalat.

BAB 5 HASIL YANG DICAPAI

A. Hasil

Adapun hasil yang telah dicapai adalah peserta majelis taklim masjid Miftahunnur dan majelis taklim ju'ranah sudah dapat memahami materi penyuluhan tentang gerakan shalat dan dapat mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Karena gerakan shalat merupakan ibadah rutin yang dilakukan setiap hari. Para peserta majelis taklim sudah dapat mengambil manfaat dari gerakan shalat, karena ternyata shalat bukan hanya sekedar gerakan tetapi mempunyai makna lain. Sehingga pemahaman mereka tentang shalat bukan hanya sekedar kewajiban tetapi juga mengandung kesehatan yang bisa di implementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan para peserta majelis taklim masjid Miftahunnur dan majelis taklim ju'ranah dapat menjadikan gerakan shalat sebagai obat dan terapi dalam kehidupan sehari-hari.

B. Manfaat

Adapun manfaat gerakan shalat dari segi kesehatan yang telah dicapai oleh peserta majelis taklim masjid Miftahunnur dan majelis taklim ju'ranah dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Dapat menurunkan sel darah merah, Hbnya turun diantara 3-12 jam, atau rata-rata 5 jam.
2. Kepala letaknya paling atas (diatas jantung), banyak pembuluh darah dan urat saraf halus yang harus dijaga kelenturannya, harus bebas pengapuran, yang bisa dijaga, dialiri darah baru, dan segar dengan “sujud”.

3. Kelenturan tulang belakang yang berisi sum-sum tulang dan merupakan saraf sentral beserta sistem aliran darahnya, dapat dirawat dengan melakukan gerakan rukuk yang maksimal. Sebaiknya ini juga dilakukan dengan interval 4-5 jam sehari. Tuas sistem keringat yang terdapat dipunggung, pinggang, paha, dan betis belakang dapat dirawat dengan gerakan rukuk. Tukang leher, tengkuk, atau saluran saraf memori, dapat dengan baik dijaga kelenturannya dengan rukuk. Rukuk yang ditekuk maksimal, hingga tangan memegang pangkal kaki dapat berguna untuk menarik urat urat pinggang, sehingga dapat mencegah penyakit pinggang, awal dari sakit ginjal. Kelenturan saraf memori dapat dijaga dengan gerakan rukuk ini yang mengangkat kepala secara maksimal, mata menghadap kedepan.
4. Waktu berdiri dari rukuk dengan disertai mengangkat tangan akan menyebabkan darah turun langsung dari kepala kearah bawah, menyebabkan bagian pangkal otak yang mengatur keseimbangan berkurang tekanan darahnya, sehingga menjaga saraf keseimbangan tubuh kita yang berguna untuk mencegah terjadinya pingsan dengan tiba-tiba.
5. Kelenturan pembuluh nadi balik, urat saraf motorik, kabel keringat dibagian dalam atau bawah lutut atau betis, pangkal kaki atas, dapat dijaga dengan baik dengan cara gerakan duduk diantara dua sujud, tasyahud awal. Sakit flu, pilek, masuk angin, maag dapat dicegah dengan gerakan sujud yang disempunahkan (teknik pernafasan, lama, dan frekuensi gerakannya dilakukan setelah shalat).
6. Duduk tasyahud awal (duduk pembakaran) jika agak lama sehingga lipatan paha dan betis bertemu, akan mengaktifkan kelenjar keringat sehingga dapat mencegah pengapuran. Pembuluh darah balik diatas pangkal kaki tertekan sehingga darah akan memenuhi seluruh telapak kaki mulai dari mata kaki sehingga pembuluh darah dipanaskan kaki mengembang. Gerakan ini akan menjaga supaya kaki dapat secara optimal menopang tubuh kita.
7. Duduk diantara dua sujud (duduk perkas), dimana dua belah kaki, seluruh jari-jari kakinya ditekuk, akan dapat menyeimbangkan sistem elektrik dan saraf keseimbangan tubuh kita, juga dapat memperbaiki dan menjaga kelenturan saraf keperkasaan yang banyak terdapat pada bagian paha dalam, cekungan lutu, cekungan betis, sampai keibu jari kaki. Kelenturan saraf keperkasaan ini dapat mencegah penyakit diabetes, sulit buang air kecil, prostat, dan hernia. duduk diantara dua sujud ini terdapat bacaan ampunan dosa. Rahasiannya adalah dicekungan mata kaki dalam dan luar banyak terdapat ujung saraf yang merupakan tombol tekuk untuk membuat endapan listrik

negatif dari organ tubuh kita, jantung, paru-paru, hati, limpa, perut, alat vital, otak, atau kepala mengarah keujung-ujung jari. Dalam melakukan gerakan duduk diantara dua sujud, kita jarang lama dan benar sehingga titik getas tersebut tidak bekerja dengan baik untuk mengeluarkan endapan listrik negatif yang menyebabkan penyakit atau daya tahan tubuh kita berkurang. Jarang yang kuat dipijat pada cekungan mata kaki ini. Padahal, disinilah letak ampunan dosa tersebut berupa keluarnya endapan listrik negatif dari dalam tubuh kita. Kalau nabi Adam dan Hawa harus tersiksa jalan kaki selama seratus tahun untuk ampunan dosa karena tidak takwa, maka umat Muhammad sebenarnya diberi kemudahan untuk ampunan dosa, yaitu sabar menahan rasa sakit, implemtasi gerakan shalat yang efektif dan aplikasi/amalan bacaan shalat diantara dua shalat (amal saleh, bukan amal salah).

8. Pada saat sujud pembuluh darah nadi balik, dikunci dipangkal paha sehingga tekanan darah akan lebih banyak dialirkan kembali kejantung dan dipompa kekepala. Apabila disertai dengan menarik nafas dalam-dalam, ditahan, kemudian diteuk untuk sujud hingga terasa aliran darah kekepala selama mungkin akan memaksimalkan aliran darah dan oksigen keotak atau kepala, mata, telinga, leher, pundak, hati. Dan ini cara yang luar biasa untuk membiasakan pembuluh darah halus diotak untuk mendapat tekanan lebih sehingga mencegah stroke. Teknik sujud ini banyak manfaatnya, tergantung variasi gerakan yang kita kembangkan. Misalnya, kalau kita ingin merawat saraf pikiran dikening kita, kita dapat memberikan tekanan pada kening kita, digiling dari kiri ke kanan, bolak balik atau digiling sambil ditekan dari atas kebawah pada lingkaran ubun-ubun, atau ditekan tepat pada area alis mata kiri bergantian kanan. Untuk menambah tekanan, dapat dilakukan sambil bertumpu pada lutu, kalau kurang keras tumpuan pada pangkal ujung jari kaki dan diseimbangkan menggunakan telapak tangan. Kalau kita ingin merawat kelenturan pergelangan tangan supaya sistem pembakaran ditelapak tangan optimal, kita tekuk maksimal mungkin sampai 90 derajat atau tegak dan ditekan pada ruas-ruas jari. Kalau ingin bertenaga diujung jari, kepala kita diangkat kira-kira 1cm, dimajukan sejauh mungkin, sehingga titik berat diujung jari, tarik dan tahan nafas, sampai kepala bergetas dan dilakukan selama mungkin sampai seperti kehabisan nafas, baru diangkat kembali kepalanya. Lakukanlah hingga keluar keringat, dan kepala, leher, pundak terasa ringan dan nyaman. Dari sini saya sadar bahwa gerakan shalat ini memang tampaknya sederhana tetapi kalau dikembangkan, dapat menjadi olahraga dan olah jiwa yang sangat

bermanfaat bagi kehidupan manusia. Untuk mendapatkan tekanan maksimal, sebaiknya dilakukan menggunakan sajadah yang ditipis diatas ubin.

9. Takhbiratul ihram, mengangkat tangan, membuka dada, menarik nafas, memberikan aliran darah dari pembuluh balik yang terdapat dilengan untuk diisi kemata, telinga, mulut, bagian otak pengatur keseimbangan tubuh sehingga membuka mata, telinga kita dan menjaga keseimbangan tubuh. Kemudian bersedekah, menjepit pembuluh darah balik pada lengan kiri sehingga pembuluh darah yang ditelapak tangan atas akan mengembang. Semakin lama bacaan dan tetap dijepit, semakin tinggi tekanan darahnya. begitulah untuk rukuk, darah yang telah dicuci ditelapak tangan akan langsung disemprotkan dengan kecepatan tinggi, mengisi kembali pembuluh darah yang ada dimata telinga atau seluruh bagian kepala. Kebiasaan ini akan menyebabkan keseimbangan tekanan darah antara bagian kanan dan kiri tubuh kita sampai keujung jari kita. Bahkan sebenarnya kekuatan tangan kanan dan kiri bisa menjadi sama. Makna yang lebih dalam dari bersedekap adalah pada pergelangan tangan terdapat banyak sekali saraf sensorik, motorik, yang apabila terjepit pengapuran akan mengganggu organ tubuh kita.
10. Tasahud awal sebaiknya dilakukan seperti yoga atau duduk bersimpuh, kedua telapak kaki sama-sama dilipat, tumit berada disamping pinggang dan pantat menempel dilantai. Kalau ini dilakukan semenjak anak-anak, pasti tidak susah. Kalau dapat dilakukan dan dibiasakan sampai usia tuapun tubuh akan tetap lentur. Duduk seperti ini akan menarik urat saraf terutama pada pangkal paha sampai lutu, sehingga mencegah pengapuran, sakit tenggorokan, dan memurnikan kelenjar liur. Kalau agak lama, pangkal kaki atas agak ditekan dan digiling kekiri dan kekanan akan menghasilkan tenaga panas ditelapak kaki atas, serta menjaga kelenturan saraf penopang tubuh dan keseimbangan tubuh. Jika duduk begini agak lama, diatas lima belas menit akan menyebabkan telapak kaki teraliri darah secara maksimal karena pembuluh darah balik ditekan/dikunci. Biasanya, untuk pertama kali akan kesemutan, yang mendadak masih banyak pembuluh darah kita yang tersumbat. Membiasakan duduk seperti ini pada waktu mendengarkan khutbah Jumat, akan sangat bermanfaat dan membuat kita tidak mengantuk. Kalau kita kembangkan teknik ini dengan mengangkat tangan keatas sambil menarik nafas dalam-dalam, kemudian dengan kaki yang tetap dilipat, perlahan-lahan dengan konsentrasi yang tinggi kita rebahkan badan kita, lalu angkat pantat kita, gunakan tumpuan pada batok kepala belakang tekan dan giling, sangat baik untuk menjaga titik titik saraf pada kepala kita untuk merawat

memori, dan keseimbangan tubuh. Setelah gerakan ini, sembari memaksimalkan oksigen (tetap tahan nafas) kemudian pelan-pelan kita angkat kepala kita untuk duduk kembali dengan mengeraskan urat saraf pada perut bawa. Jika belum bisa berarti saraf perut dan saraf pinggang kita masih lemah atau belum optimal. Jika ini dilatih terus setelah selesai shalat dengan kemauan tinggi, dijamin tidak akan sakit perut, buang air besar lancar, menstruasi lancar, bebas sakit pinggang, tidak mudah pikun, tubuh menjadi ringan dan lentur. Maha suci Allah yang menciptakan shalat, supaya manusia sehat, selamat, serta hemat. Gerakan ini dapat memperkokoh saraf pada pangkal lutut dan kalau kita sudah dapat bertumpuh menggunakan lutu agak lama akan memperbaiki saraf keperkasaan.

11. Tasahud akhir. Gerakan ini sebenarnya lebih baik dari gerakan bersilah, karena pada gerakan ini tulang kering yang seperti mata pisau tapi tumpul diletakkan dicekungan telapak kaki kiri dengan jempol kaki ditekuk. Sebenarnya, kalau gerakan ini kita manfaatkan dengan cara pegang pergelangan kaki kanan, lalu tekan dan giling disepanjang area cekungan, kan berguna untuk membongkar pengapuran pada cekungan kaki kiri, supaya saraf keseimbangan yang berhubungan dengan saraf mata akan terjaga dengan baik sehingga konsentrasi akan meningkat atau terjaga. Tangan kiri yang diletakkan diatas dengkul kiri dapat digunakan untuk mendeteksi fungsi atau tidaknya ujung saraf dicekungan disekitar lutut.
12. Gerakan salam. Gerakan ini kalau dilakukan secara maksimal dengan menarik urat leher bermanfaat untuk menjaga kelenturan urat leher. Makna dari gerakan ini adalah kita harus menjaga jangan sampai ada urat leher kering, kaku, tersalut kista/benjolan. Jika urat saraf jantung yang kering, akan mengganggu fungsi jantung jika urat paru-paru kering, akan menyebabkan sakit paru-paru bahkan paru-paru bisa stop. Jika dileher banyak benjolan akan mengganggu kecerdasan, konsentrasi, atau keseimbangan tubuh. Allah berfirman “ jika hambaku bertanya kepadamu tentang diruku, maka sesungguhnya aku dekat.” Mungkin pernyataan ini bisa dimaknai bahwa dileher itu ada urat saraf yang sangat penting untuk dijaga, seperti urat saraf paru-paru dan jantung. Kalau kering bisa menyebabkan kematian.
13. Berdiri. Sebenarnya, kalau kita mau mengembangkan shalat ini, berdiripun pada saat shalat dapat dimanfaatkan untuk melatih keseimbangan tubuh dan konsentrasi. Kalau belum bisa mulai dari awal shalat samapai berakhirnya shalat berarti keseimbangan tubuh dan konsentrasi kita belum optimal, dan artinya, ada ujung-ujung saraf keseimbangan kita yang tersalur pengapuran, kering bahkan tidak nyambung.

Kemudian kalau mau lebih berat lagi, coba lakukan sambil melihat ujung titik hidung jangan berkedip. Pertama-tama mata akan terasa perih dan ingin menutup. Kalau ditahan terus, akan mengaktifkan kelenjar air mata, dan kita dapat berurai air mata, kepala terasa mau pecah. Dan kalau kita berhasil melakukan teknik ini, mata akan terang, pikiran akan tenang, konsentrasi akan meningkat. Mungkin ini yang dimaksudkan bahwa khusuk itu sangat berat sekali dan kalau kita bisa khusuk dalam menerapkan teknik ini, akan dapat membantu menjaga sistem saraf halus yang jumlahnya jutaan ditubuh kita.

14. Zikir sambil duduk pembakaran. Zikir sambil duduk pembakaran sambil menggilingkan pangkal kaki, sehingga mengeluarkan bunyi gemeretak dan terasa panas dipangkal dan telapak kaki atas, gunanya akan dapat memperbaiki saraf dan aliran darah dibagian pangkal kaki mulai dari mata kaki. Mengingat kaki berfungsi untuk menopang tubuh, maka saraf dipangkal kaki sampai ujung jari kaki, cekungan kaki, pinggir luar telapak kaki, ligkaran mata kaki, harus dijaga fungsionalnya.

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dalam prakteknya, majelis taklim merupakan tempat pangajaran atau pendidikan agama Islam yang paling fleksibel dan tidak terikat oleh waktu. Majelis taklim bersifat terbuka terhadap segala usia, lapisan atau strata sosial, dan jenis kelamin. Waktu penyelenggaraannya pun tidak terikat, bisa pagi, siang, sore, atau malam . tempat pengajarannya pun bisa dilakukan dirumah, masjid, mushalla, gedung. Aula, halaman, dan sebagainya. Selain itu majelis taklim memiliki dua fungsi sekaligus, yaitu sebagai lembaga dakwah dan lembaga pendidikan non-formal. Fleksibilitas majelis taklim inilah yang menjadi kekuatan sehingga mampu bertahan dan merupakan lembaga pendidikan islam yang paling dekat dengan umat (masyarakat). Majelis taklim juga merupakan wahana interaksi dan komunikasi yang kuat antara masyarakat awam dengan para mualim, dan antara sesama anggot jamaah majelis taklim tanpa dibatasi oleh tempat dan waktu. Dengan demikian majelis taklim menjadi lembaga pendidikan keagamaan alternative bagi mereka yang tidak memiliki cukup tenaga, waktu, dan kesempatan menimba ilmu agama di jalur pendidikan formal. Inilah yang menjadikan majlis taklim memiliki nilai karakteristik tersendiri dibanding lembaga-lembaga keagamaan lainnya.

B. Saran

Adapun saran yang dapat disampaikan bahwa majelis taklim merupakan lembaga pendidikan sekalipun hanya bersifat non formal namun perlu mendapatkan perhatian serius dari pemerintah terkait khususnya pihak kementerian agama supaya dapat mengembangkan nilai-nilai agama dalam bingkai kesehatan olahraga. Kemudian diharapkan terjadi sinergitas antara kementerian ristek dikti dengan kementerian agama dalam memajukan pendidikan supaya pembelajaran atau pelatihan tentang gerakan shalat dapat di implementasikan dalam kehidupan sehari-hari sehingga jangan muncul pemahaman dikalangan masyarakat bahwa shalat hanya merupakan sebagai suatu kewajiban dan tidak terkait dengan unsur lain.

Daftar Pustaka

Al-Qur'an Al-Karim

Departemen Agama RI, *Alquran dan Terjemahnya* Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Alquran, 1992.

Alawiyah, Tutty, *Strategi Dakwah di Lingkungan Majelis Taklim*, Cet. I: Bandung: Mizan, 1997.

Bawany, A'isyah, Begum. *Mengenal Islam Selayang Pandang*. Cet. 1; Jakarta Bumi Aksara, 1974.

Departemen Agama RI, *Proyek Bimbingan dan Dakwah Agama Islam (Pusat), Pedoman Penanggulangan Penyakit Berbahaya Menurut Agama Islam*, Jakarta 1998 / 1999.

El-Qudsi, Hasan, *Rahasia Gerakan dan Bacaan Shalat*, Surakarta: Ziyad Visi Media, Cet. I; 2011.

Makassar dalam Angka, dikeluarkan oleh Pemerintah Kota Makassar Tahun 2011.

Muhsin MK, *Manajemen Majelis Taklim*. Cet. I: Jakarta: Pustaka Intermasa, 2009.

Shihab, Quraish, *Wawasan Al-Quran Tafsir Maudhi'I Atas Berbagai Persoalan Umat*. Cet, III: Bandung, Mizan, 1996.

Wratsongko, Madyo dan Sagiran, 2006. *Mukjizat Gerakan Shalat untuk Pencegahan dan Pengobatan Penyakit*. Cet; IV, Jakarta: Qultum Media.

Yunus, Mahmud. *Kamus Bahasa Arab-Indonesia*. Cet. I: Jakarta, 1993.

Lampiran 1. Biodata ketua dan Anggota Tim

1. Ketua

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan Gelar)	Dr. H. Muhammadong, S.Ag., M.Ag
2	Jabatan Fungsional	III d/Lektor Kepala
3	Jabatan Struktural	-
4	Nip	19740428 200604 1 001
5	NIDN	0028047406
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Makassar 28 April 1974
7	Alamat Rumah	Jl. Sinassara No. 27 Makassar
8	No HP	081 525 456 43/085340767417
9	Alamat Kantor	Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 14 Makassar
10	No Faks	-
11	Alamat e-Mail	muhammadongunm@yahoo.co.id
12	Lulusan Yang Telah Dihasilkan	S-1= 50 Orang
13	Mata Kuliah Yang Diampu	Agama Islam

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan	S I	S 2	S 3
Nama Perguruan Tinggi	UMI Makassar	UIN Alauddin Makassar	UIN Alauddin Makassar
Bidang Ilmu	Tafsir	Hukum Islam	Hukum Islam
Tahun Masuk-Lulus	1994-1998	1999-2001	2009-2012
Judul Skripsi/Thesis/Disertasi	Peranan Asbabu Nuzul dalam Memahami Al-Qur'an	Prinsip-Prinsip Hukum Islam dalam Sistem Ketatanegaraan Menurut Al-Qur'an (Implementasinya Terhadap Negara Madinah)	<i>Good Governance</i> di Kota Makassar dalam Perspektif Hukum Islam
Nama Pembimbing/Promotor	Dr. H. Harifuddin Cawidu, MA	Prof. Dr. Hj. Andi Rasdiyanah	Prof. Dr. H. Ali Parman, MA

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2011	Analisis Hubungan Puasa dengan Olahraga dalam Mewujudkan aspek Kesehatan pada Siswa Yayasan Pesantren Ilmu Al-Qur'an (YPIQ) Al-Muzahwira Kota Makassar.	PNBP	5.000.000,00
2	2012	Analisis Postur Shalat Kaitannya dengan Aspek Kesehatan pada Siswa Pesantren Faqihul Ilmi Kota Makassar	PNBP	7.500.000,00
3	2013	Implementasi Hukum Islam dalam Mewujudkan <i>Good Governance</i> di Kota Makassar.	DIKTI	50.000.000,00
4	2014	Implementasi Hukum Islam dalam Mewujudkan Sistem Pelayanan pada Komisi	DIKTI (Tahun I)	50.000.000,00

		Ombudsman Kota Makassar		
5	2015	Implementasi Hukum Islam dalam Mewujudkan Sistem Pelayanan pada Komisi Ombudsman Kota Makassar	DIKTI (Tahun II)	54.500.000,00

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Tahun	Judul PKM	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2011	Pengaruh Makanan Terhadap Kesehatan Mental dan Kesehatan Fisik (Penyuluhan Pada Majelis Taklim Nurut Tarbiyah Kel. Kaluku Bodoa Kec. Tallo Kota Makassar	PNBP	3.500.000,00
2	2012	Islam, Gizi, dan Kesehatan Masyarakat Pada Majelis Taklim Jabal Nur Kel. Kaluku Bodoa Kec. Tallo Kota Makassar	PNBP	3.500.000,00
3	2013	Prinsip-Prinsip Olahraga dan Manifestasinya dalam Gerakan Shalat (Penyuluhan pada Santri Pondok Pesantren Faqihul Ilmi Kota Makassar	PNBP	3.500.000,00
4	2014	IbM Penyuluhan tentang Islam dan Kesehatan Masyarakat pada majelis Taklim Masjid ju'ranah Kel. Layang Kec. Bontoala Kota Makassar.	PNBP	10.000.000,00
5	2015	IbM Ilmu Gizi dalam Pandangan Islam (Penyuluhan pada Majelis Taklim Masjid Miftahunnur Kel. Bunga Ejaya Kec. Bontoala Kota Makassar)	PNBP	10.000.000,00

E. Pengalaman Penulisan Artikel dalam Jurnal 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor/Tahun	Nama Jurnal
1	Dinamisasi Kurikulum dalam Pendidikan Islam	Edisi Agustus 2009	Ikhtiyar
2	Kisah-Kisah dalam alquran	Edisi Januari 2009	Ikhtiyar
3	Kontribusi Kepemimpinan Guru Terhadap Pembentukan Moralitas Siswa SMP negeri 1 Makassar	Edisi Juli 2010	Ikhtiyar
4	Teori Pemberlakuan Hukum Islam	Edisi Januari 2011	Ikhtiyar
5	Pluralitas Agama dan Dialog Antar Umat Beragama	Edisi Januari 2012	Ikhtiyar

F. Menyampaikan Makalah Secara Oral Pada Pertemuan/Seminar Ilmiah Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	Seminar Nasional	Dewan Pimpinan Wilayah Sul-Sel Asosiasi Dosen pendidikan Agama Islam Indonesia	Makassar, 25 April 2009
2	Worshop Nasional	Social Management System Sebagai bentuk Corporate Social Responsibility dalam Pengelolaan SDM.	Makassar, 10 Maret 2010

		Responsibility dalam Pengelolaan SDM.	
3	Seminar Internasional	Pendidikan Globa di Indonesia, Australia, Amerika Serikat.	Makassar, 17 Pebruari 2011
4	Seminar Internasional	"character Education and Public Integrity"	Makassar, 13 Juli 2012
5	Seminar Nasional	Religion for Feace	Makassar, 12 Januari 2013

G. Pengalaman Menulis Buku

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Pendidikan Agama Islam	2009	120	
2	Pendidikan Agama Islam	2010	125	
3	Pendidikan Agama Islam	2011	129	
4	Pendidikan Agama Islam	2012	135	
5	<i>Good Governance</i> dalam Perspektif Hukum Islam	2013	213	CV. Tinta Emas Makassar

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikoanya.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengabdian masyarakat (IbM).

Makassar, 26 Oktober 2016
Pengusul



Dr. H. Muhammadong, S.Ag., M.Ag

Anggota 1**A. Identitas Diri**

1	Nama Lengkap (dengan Gelar)	Drs. H. Arifuddin Usman, M. Kes
2	Jabatan Fungsional	Pembina Utama Muda/ IV c
3	Jabatan Struktural	Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNM
4	Nip	196503131990031003
5	NIDN	0013036511
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Balangnipa, 13 Maret 1965
7	Alamat Rumah	Jl. Toddopuli 22 Blok 35 No. 56 Makassar
8	No HP	081355496006
9	Alamat Kantor	Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 14 Makassar
10	No Faks	-
11	Alamat e-Mail	usman,arif@yahoo.co.id
12	Lulusan Yang Telah Dihasilkan	S1= 50Oarang
13	Mata Kuliah Yang Diampu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fsiologi Olahraga 2. Ilmu Faal 3. Ilmu Gizi 4. Massage 5. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan	S I	S 2
Nama Perguruan Tinggi	IKIP Ujung Pandang	UNAIR Surabaya
Bidang Ilmu		
Tahun Masuk-Lulus	1984 – 1989	1994 – 1997
Judul Skripsi/Thesis	Studi PerbandinganSturktur Tubuh dan Potensi Fisik antara Pemain Sepak Takraw PPLP Kotamadya Ujung Pandang dengan Pemain Sepak Takraw SMA Negeri 1 Kabupaten Sinjai	Pengaruh Latihan Leg Press dan Leg Extension terhadap Kemampuan Tendangan Siswa SMA Negeri 1 Sinjai
Nama Pembimbing/Promotor	Drs. H. Tahir Kawaru	Prof. Dr. Dr. H. Soekarman

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2014	Analisis Hubungan Puasa dengan Olahraga dalam Mewujudkan aspek Kesehatan pada Siswa Yayasan Pesantren Ilmu Al-Qur'an (YPIQ) Al-Muzahwirah Kota Makassar.	PNBP	5.000.000,00
2	2013	Analisis Postur Shalat Kaitannya dengan Aspek Kesehatan pada Siswa Pesantren Faqihul Ilmi Kota Makassar	PNBP	7.500.000,00

3	2012	Korelasi Nilai-Nilai Islam Terhadap Olahraga dalam Mewujudkan Kecerdasan Emosional pada Siswa Aliyah Pesantren An-Nahdlah Kota Makassar	PNBP	10.000.000
4	2009	Kontribusi Kelentukan ʻ an, Kecepatan Gerak Tangan terhadap Kemampuan Passing atas pada Permainan Bola Volly pada Mahasiswa FIK UNM.	Hibah Penelitian SP4 Penjaskesrek	2.000.000
5	2009	Studi Perbandingan Tingkat Anaerobic dan Aerobic antara SMPN Pegunungan, Daerah Pesisir, Pegunungan, dan Perkotaan di Sul-Sel	Lemlit UNM	2.000.000

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Ta2009hun	Judul PKM	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2015	Ilmu Gizi Dalam Pandangan Islam (Penyuluhan Pada Majelis Taklim Masjid Miftahun Nur Kel. Bunga Eja Beru Kec. Bontoala Kota Makassar).	PNBP	10.000.000
2	2014	IbM Penyuluhan tentang Islam dan Kesehatan Masyarakat pada majelis Taklim Masjid juʻranah Kel. Layang Kec. Bontoala Kota Makassar.	PNBP	10.000.000
3	2010	Pelatihan Teknik Dasar Permainan Bola Volley pada Siswa SMP Negeri 25 Makassar	PNBP	3.500.000
4	2009	Pengenalan Pembelajaran Atletik dengan Bermain	LPM MKS	2.000.000
5	2008	Penyuluhan tentang Perawatan dan Pencegahan Cedera PPLP Makassar	LPM MKS	2.000.000

E. Pengalaman Penulisan Artikel dalam Jurnal 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor/Tahun	Nama Jurnal
1	-	-	-
2	-	-	-

F. Menyampaikan Makalah Secara Oral Pada Pertemuan/Seminar Ilmiah Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1			
2			

G. Pengalaman Menulis Buku

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Buku Ajar Bermain Bola Volly	2005	163	
2	-	-	-	

H. Riwayat Mengikuti Diklat 10 Tahun Terakhir as

No	Nama Diklat	Tempat	Tahun
1	Penataran Persiapan Calon Dosen D2 PGSD Penjas	Yogyakarta	1991
2	English Language Training	Ujung Pandang	1991
3	Penataran Metodologi PPM	Ujung Pandang	1993
4	Penatar Penataran Pelatih Tingkat Dasar	Jakarta	1994
5	Toeft Training	Malang	1995
6	Pembekalan Guru Kelas dalam Mata Pelajaran Penjas	Cipanas Jawa Barat	1998
7	The International Conference On Sport Sciences And Physical Education	Bandung	2003
8	Has Successfully Completed 4 Days Coaching Clinic : Swimming, Gymnastic Law Tennes, And Baseball	Makassar	2006
9	-	-	-
10	-	-	-

I. Penghargaan dalam 10 Tahun Terakhir (dari Pemerintah, Asosiasi atau Institusi lainnya)

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Satyalencana Karya Satya 10 Tahun	Presiden RI	2005
-	-	-	-

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikoanya.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengabdian masyarakat (IbM).

Makassar, 26 Oktober 2016
Pengusul



Drs. H. Arifuddin Usman, M. Kes

Anggota II**A. Identitas Diri**

1	Nama Lengkap (dengan Gelar)	Wahyudin, S.Pd. M.Pd
2	Jabatan Fungsional	II c / Lektor
3	Jabatan Struktural	-
4	Nip	197906062008011013
5	NIDN	0006067909
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Takalar, 6 Juni 1979
7	Alamat Rumah	Jl. Maccini Gusung, No.29 Makassar
8	No HP	081 525 456 43/085340767417
9	Alamat Kantor	Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 14 Makassar
10	No Faks	869834-869854/868794
11	Alamat e-Mail	wahyudin_fik@yahoo.com atau fik.wahyudin@gmail.com
12	Lulusan Yang Telah Dihasilkan	S-1= 50 Orang
13	Mata Kuliah Yang Diampu	-Sosiologi Olahraga -Psikologi Olahraga -Manajemen Olahraga -Antropologi Olahraga -Filsafat Olahraga -Sejarah Olahraga

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan	S I	S 2
Nama Perguruan Tinggi	Universitas Negeri Makassar	Universitas Negeri Makassar
Bidang Ilmu	Pendidikan Kepelatihan Olahraga	Pendidikan Jasmani dan Olahraga
Tahun Masuk-Lulus	1998-2003	2003-2005
Judul Skripsi/Thesis	Pengaruh Latihan Lari Cepat Kontinu dan Latihan Lari Cepat Berselang Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola di SMU Negeri 1 Takalar	Peranan Media Massa Terhadap Peningkatan Prestasi cabang Olahraga di Sulawesi Selatan (Studi pada Cabang Olahraga Karate,Pencaksilat, Sepak Takraw, Renang, dan Tinjau)
Nama Pembimbing/Promotor	Drs. Nadewi Syam, M.Kes	Prof. Dr. H. Anwar Pasau, MA

C. Pengalaman Penelitian dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2009	Pengaruh Latihan Lari Cepat Kontinu dan Latihan Lari Cepat Berselang Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Ditinjau Dari Kelentukan Pada Pemain PS. Aspura UNM	PNBP	2.000.000

2	2010	Kontribusi Daya Ledak Tungkai dan Koordinasi Mata-kaki Terhadap Keterampilan Shooting Bola ke Gawang Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan UNM	PNBP	2.000.000
3	2010	Kontribusi Kecepatan, Kelentukan dan Koordinasi Mata-kaki Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Siswa Sekolah Menengah Analis Kimia (SMAK) Makassar	PNBP	2.000.000
4	2011	Pengaruh Latihan Cross Jump Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Siswa Analis Kimia (SMAK) Makassar	PNBP	2.000.000
5	2012	Peranan Metode Latihan Bervariasi Terhadap Peningkatan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa SMA Negeri 10 Makassar	PNBP	3.500.000

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Tahun	Judul PKM	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2010	Pembinaan Permainan Sepakbola Pada Remaja Desa Bajeng Kecamatan Pattalassang Kabupaten Takalar.	Mandiri	2.500.000
2	2011	Penyuluhan Tentang Makanan Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik Ditinjau Dari Ajaran Islam (Penyuluhan pada Majelis Taklim Miftahun Nur Kelurahan Bunga Ejaya Kecamatan Bontoala Kota Makassar	Mandiri	2.500.000
3	2012	Pelatihan Dasar Massage Bagi Komunitas Tuna Netra di Kota Makassar dan Kabupaten Gowa	Mandiri	3.000.000

E. Pengalaman Penulisan Artikel dalam Jurnal 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Volume/Nomor/Tahun	Nama Jurnal
1	Perbandingan Pembinaan Atlet Pencak Silat PPLP dengan Perguruan Pencak Silat di Kota Makassar	Volume II No. Juli 2009	Ikhtiyar
2	Kontribusi Kecepatan, kelentukan dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan menggiring bola pada permainan Sepak bola Siswa Sekolah Menengah Analis Kimia Makassar	Volume II No. 2, Juli-Desember 2011	Ilara

3	Hubungan Daya Ledak Tungkal dan Kelentukan Togok Kebelakang Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Murid SD Negeri Kalukuang 1 Makassar	Volume III No. 1, Januari-Juni 2012	Ilara
---	--	-------------------------------------	-------

F. Pengalaman Penyampaian Makalah Secara Oral Pada Pertemuan/Seminar Ilmiah

No	Nama Pertemuan Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	Seminar Nasional	Strategi Pembinaan Prestasi Atlet Jangka Panjang Menuju Tuan Rumah PON XIX 2010	Pemerintah Provinsi Sulawesi selatan, 2009
2	Seminar Nasional	Seminar Hasil Penelitian Keolahragaan Nasional	Kementerian Pemuda dan Olahraga, 2010
3	Seminar Internasional	Islam In American View and Indonesia Position	UNM, 2011
4	Seminar Nasional	Pengembangan IPTEK Olahraga dan Kesiapan Sulawesi Selatan Menjadi Tuan Rumah PON XX-2020	ISORI, 2011
5	Simposium Nasional	Peran Penelitian dalam Pengelolaan dan Pembinaan Guru	UNM, 2012

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikoanya.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengabdian masyarakat (IbM).

Makassar, 26 Oktober 2016
Pengusul



Wahyudin, S.Pd., M.Pd

Lampiran. Gambaran Iptek yang akan ditransper kepada kedua mitra.

MANFAAT GERAKAN-GERAKAN SHALAT BAGI OLAHRAGA KESEHATAN

Shalat menempati kedudukan sangat penting dan agung dalam ajaran Islam. Karena shalat merupakan salah satu bentuk perwujudan pengesaan seorang hamba kepada tuhan dan bentuk tertinggi penghambaan seorang hamba kepada tuhan. Disamping itu, shalat merupakan rangkaian gerakan unik dan fenomenal yang Allah swt hadiahkan bagi kaum Muslimin karena di dalamnya terdapat ritual dinamis yang menggabungkan antara keseimbangan jasmani dan rohani. Di dalam shalat, terdapat gerakan olahragawi yang terbukti secara medis membawa manfaat bagi kesehatan manusia baik kesehatan jasmani maupun kesehatan rohani.

Shalat yang dilakukan kaum Muslimin dapat member investasi kesehatan yang cukup besar bagi yang melakukannya. Gerakan shalat dari takbir sampai kepada salam memiliki makna yang luar biasa, baik untuk kesehatan fisik, mental bahkan keseimbangan spiritual dan emosional, sehingga shalat tidak hanya dipahami sebagai amalan akhirat tetapi gerakan-gerakannya adalah gerakan proporsional bagi anatomi tubuh manusia. Bahkan dari sudut medis, shalat adalah gudang obat dari berbagai penyakit jasmani dan rohani.

1. Gerakan Takbiratul Ihram



Manfaat gerakan takbiratul ihram dapat dipahami sebagai berikut :

- a. Ketika tangan terangkat dapat menyehatkan organ tubuh paru-paru sekat rongga dada dan kelenjar getah bening. Karena saat tangan terangkat, maka rusuk akan ikut terangkat sehingga melebarkan rongga dada. Maka saat itu, udara nafas akan masuk.
- b. Ketika tangan terangkat, maka ketiak pun terbuka. Padahal ketiak merupakan induk atau stasiun dari peredaran kelenjar getah benih (limfe) diseluruh tubuh. Dengan gerakan takbir yang berulang-ulang dalam shalat, maka secara tidak langsung melakukan *active pumping* kelenjar getah bening keseluruhan tubuh.
- c. Ketika tangan terangkat, maka gerakan ini membantu memperlancar aliran darah getah bening dan kekuatan otot lengan. Posisi jantung yang berada di bawah otak memungkinkan darah mengalir lancar keseluruhan tubuh.

2. Meletakkan Kedua Tangan di Atas Dada



Manfaat meletakkan kedua tangan di atas dada sebagai berikut :

- a. Secara anatomi, tubuh beredekap merupakan cara terbaik untuk keseimbangan kedua tangan. Cara semacam ini bermanfaat untuk melatih beberapa otot sekitar bahu, ketiak dan lengan tangan. Selain itu, bersedekap akan memperkuat posisi kedua telapak kaki karena keduanya berpijak pada sudut dataran yang sama.
- b. Meletakkan kedua telapak tangan di atas dada, bukan melatakkan di perut, akan membuat bahu kanan kiri otomatis terangkat dan ketiak sebagai stasiun peredaran limfe akan tetap terbuka.
- c. Meletakkan tangan di atas dada, dapat merangsang kerja hormon hipotalamus yang memberikan efek ketenangan layaknya orang kesal, sedih, galau, gembira, secara refleks tangan mengelus-elus dada. Di samping itu, gerakan ini dapat menghindari berbagai gangguan persendian khususnya pada bagian tubuh bagian atas.

3. Gerakan Rukuk



Manfaat gerakan rukuk adalah sebagai berikut :

- a. Posisi rukuk dalam kondisi menekuk 90 derajat, tulang belakang tetap lurus tidak melengkung. Posisi ini menjadikan seluruh urat yang berada di kaki menjadi tertarik (terjadi peregangan pada urat-urat kaki). Posisi ini sangat bagus bagi mereka yang memiliki persendian tulang belakang, rematik, perut, dan penyakit lain yang berhubungan dengan organ vital.
- b. Posisi rukuk, berat badan bergeser ke depan, sehingga terjadi relaksasi atau peregangan ruas tulang belakang. Relaksasi ini sangat bermanfaat untuk memelihara tulang belakang yang selalu terkompresi.

- c. Gerakan ini bermanfaat menjaga kesempurnaan posisi dan fungsi tulang belakang (*corvus vertebrae*) sebagai penyangga tubuh pusat saraf. Posisi jantung sejajar dengan otak, sehingga aliran darah maksimal pada tubuh bagian tengah. Tangan yang bertumpu di lutut berfungsi sebagai relaksasi otot-otot bahu hingga ke bawah. Rukuk juga merupakan latihan kemih untuk mencegah gangguan prostat.
- d. Gerakan rukuk juga dapat merawat kelenturan tulang belakang yang berisi sumsum tulang belakang (sebagai saraf sentral manusia) beserta aliran darahnya, memelihara kelenturan ruas sistem keringat yang terdapat di punggung, pinggang, paha dan betis belakang. Demikian pula tulang leher, tengkuk dan saluran saraf memori dapat terjaga kelenturannya dengan rukuk. Kelenturan saraf memori dapat dijaga dengan mengangkat kepala secara maksimal dengan mata menghadap ke tempat sujud.
- e. Pada gerakan rukuk, terjadi proses mengejan. Posisi ini meningkatkan *tonus parasimpatis* (yang melawan efek *tonus simpatis*). Dengan posisi rukuk tubuh memproduksi NO (nitrit oksida) zat yang terdapat pada sel bagian dalam pembuluh darah yang mampu mengembangkan atau melebarkan pembuluh darah) untuk melawan peningkatan kadar zat adrenalin di atas yang berefek menyempitkan pembuluh darah dan membuat sel trombosit darah jadi bertambah liar.

4. Gerakan Iktidal



Manfaat gerakan iktidal adalah sebagai berikut :

- a. Gerakan iktidal adalah variasi postur setelah rukuk dan sebelum sujud. Gerak berdiri bungkuk, berdiri sujud, merupakan latihan pencernaan yang baik. Organ-organ pencernaan dalam perut mengalami pemijatan dan pelonggaran secara bergantian. Efeknya, pencernaan menjadi lancar.
- b. Saat berdiri dari rukuk dengan mengangkat tangan, darah dari kepala akan turun ke bawah, sehingga bagian pangkal otak yang mengatur keseimbangan berkurang tekanan darahnya. Hal ini dapat dapat menjaga saraf keseimbangan tubuh dan berguna mencegah pingsan secara tiba-tiba.

- c. Gerakan iktidal juga memperlancar sirkulasi darah dan membantu menarik nafas yang dalam lalu diikuti mengeluarkan nafas tersebut dari arah yang berlawanan dengan kuat. Diafragma (sekat rongga badan antara dada dan perut) kembali dalam posisi yang lebih tinggi. Rongga perut tertekan ke tempat yang lebih rendah. Dada lebih tinggi dari desakan udara, sehingga mengurangi terpancarnya darah yang menuju ke dada. Aliran darah yang ada pada kedua kaki mempunyai kesempatan leluasa untuk berjalan cepat menuju rongga perut, dimana urat-urat yang sedang lunak menerima aliran darah dari kedua kaki.

5. Gerakan Sujud



Manfaat gerakan sujud adalah sebagai berikut :

- a. Gerakan sujud berguna untuk memompa getah bening ke bagian leher dan ketiak. Posisi jantung di atas otak menyebabkan daerah yang kaya oksigen bisa mengalir secara maksimal ke otak. Aliran berpengaruh pada daya pikir seseorang.
- b. Pada gerakan sujud detak jantung dapat berkurang kecepatannya hingga 10 kali dalam satu menit. Di mana kening, hidung, tangan, dan lutut kaki menyentuh tanah sehingga dapat lebih rileks dan nyaman. Hal ini disebabkan aliran darah membawa oksigen secara otomatis masuk kedalam pembuluh-pembuluh darah otak, kemudian pengalirannya terjadi sampai ke ujung-ujung pembuluh darah kefilter.
- c. Gerakan sujud akan meningkatkan daya tahan pembuluh darah di otak. Sebab, posisi kepala yang lebih rendah dari jantung, menyebabkan darah berkumpul di pembuluh darah otak. Hal ini secara tidak langsung melatih pembuluh darah otak seorang Muslim agar tidak dengan mudah terserang stroke.
- d. Gerakan sujud, pembuluh darah di otak terlatih menerima banyak pasokan oksigen. Pada saat sujud, posisi jantung berada di atas kepala yang memungkinkan darah mengalir secara maksimal ke otak. Artinya otak mendapatkan pasokan darah yang kaya oksigen yang memacu kerja sel-selnya.
- e. Khusus wanita, saat pinggul dan pinggang terangkat melampaui kepala dan dada, otot-otot perut (*rectus abdominis* dan *obliquus abdominis externus*) berkontraksi penuh.

Kondisi ini melatih organ di sekitar perut untuk mengejan lebih dalam dan lebih lama. Hal ini menguntungkan bagi wanita, karena dalam persalinan di butuhkan pernafasan yang baik dan kemampuan mengejan yang mencukupi. Bila otot perut telah berkembang menjadi lebih besar dan kuat, maka secara alami justru lebih elastis. Kebiasaan susjud menyebabkan tubuh dapat mengembalikan serta mempertahankan organ-organ perut pada tempatnya kembali (fiksasi).

- f. Gerakan sujud, beban tubuh bagian atas di tumpukan pada lengan hingga telapak tangan. Saat inilah kontraksi terjadi pada otot dada, bagian tubuh yang menjadi kebanggaan wanita. Payudara tak hanya menjadi lebih indah bentuknya tetapi juga memperbaiki fungsi kelenjar air susu di dalamnya. Posisi sujud, menghindari seseorang dari gangguan wasir. Khusus bagi wanita, baik rukuk maupun sujud memiliki manfaat yang luar biasa bagi kesuburan dan kesehatan organ kewanitaan.
- g. Gerakan sujud sangat baik bagi mereka yang memiliki gangguan usus dan organ vital karena posisi ini secara otomatis akan mengurangi terjadinya penumpukan feses yang tidak wajar dalam usus. Jika penumpukan feses yang tidak wajar terjadi di bagian atas usus besar (*pralapsus*) akan menyebabkan terjadinya penekanan ke organ vital yang secara otomatis menyebabkan gangguan. Pada wanita misalnya berupa sakit yang hebat saat haid atau gejala menopause dini, sedangkan pada laki-laki misalnya dapat menyebabkan terjadinya ejakulasi dini. Jika penumpukan feses yang tidak wajar terjadi di bagian samping atau bawah usus besar (*balooned sigmoid*) akan menyebabkan organ ginjal tertekan dan menyebabkan terjadinya berbagai gangguan pada ginjal.
- h. Gerakan sujud sangat baik juga untuk penderita *maag* dan penyakit lainnya yang berhubungan dengan lambung dan usus, penyakit rematik, masalah gangguan tulang belakang dan bahkan hampir semua penyakit bisa sembuh dengan terapi memperlama sujud. Gerakan sujud juga menyehatkan alat pencernaan. Karena ketika sujud, terjadi proses pemijatan terhadap perut dan perangkat pencernaan. Di samping itu, dapat mencegah lemak-lemak dan kegemukan serta serta memperkuat otot perut, juga memperlancar kerja pembuluh darah.
- i. Gerakan sujud apabila dilakukan dengan benar dan lama, dapat memaksimalkan aliran darah dan oksigen ke otak atau kepala, termasuk pula ke mata, telinga, leher, dan pundak serta hati. Cara seperti ini efektif untuk membongkar sumbatan pembuluh darah di jantung, sehingga resiko terkena jantung koroner dapat diminimalisasi. Gerakan sujud juga dapat mengeluarkan cairan ingus dan nanah dari paru-paru khususnya yang berasal dari bawah paru-paru. Sebab, dalam posisi sujud, aliran udara yg berhubungan dengan bawah paru-

paru dalam posisi yang lebih tinggi dari keberadaan tabung udara sehingga menurunkan gumpalan dahak (ingus) dan nanah dari aliran ini menuju tabung udara dan dari tabung udara ini dapat dikeluarkan dari liur.

6. Duduk Diantara Dua Sujud



Manfaat gerakan duduk diantara dua sujud adalah sebagai berikut :

- a. Pada saat duduk *iftirasy*, tubuh bertumpu pada pangkal paha yang terhubung dengan saraf *nervus ischiadius* (saraf paha). Posisi ini mampu menghindarkan nyeri pada pangkal paha yang sering menyebabkan penderitanya tak mampu berjalan.
- b. Gerakan ini juga mampu menyeimbangkan sistem elektrik serta saraf keseimbangan tubuh. Selain itu, dapat menjaga kelenturan saraf di bagian paha dalam, cekungan lutut, cekungan betis, sampai jari-jari kaki.
- c. Pada posisi duduk *iftirasy* kedua kaki yang tengah terlipat otot-ototnya melembe, memberikan kesempatan pada darah yang ada dipermukaan untuk mendapatkan jalan menuju aliran bagian dalam. Sementara otot-otot paha memeras daging yang melindungi tulang betis, terdapat urat-urat yang memeras darahnya. proses pengembalian darah itu dibarengi pula dengan pemompaan darah pada kedua telapak kaki dengan tekanan yang kuat. Di samping itu, memperkuat jantung berikut sistem sirkulasi darah di seluruh bagian tubuh.

7. Duduk Tasyahud Akhir



Manfaat gerakan duduk tasyahud akhir (*tawarruk*) adalah sebagai berikut :

- a. Pada saat duduk *tawarruk*, tumit kaki kiri menekan daerah *perineum*. Punggung kaki harus diletakkan di atas telapak kaki kiridan tumit kaki kanan harus menekan pangkal paha kanan. Pada posisi ini, tumit kaki kiri akan memijat dan menekan daerah *perineum*

(daerah kemaluan) tekanan yang lembut inilah yang memperbaiki organ reproduksi di daerah *perineum*.

- b. Duduk tawarruk sangat baik bagi pria sebab tumit menekan aliran kandung kemih (uretra), kelenjar kelamin pria (prostat) dan saluran *vas deferens*. Jika dengan benar, postur ini bias mencegah impotensi

8. Gerakan Salam ke Kanan dan ke Kiri



Manfaat dari gerakan salam ke kiri dan ke kanan adalah sebagai berikut :

- a. Gerakan memutar kepala ke kanan dan ke kiri secara maksimal bermanfaat untuk merelaksasikan otot di sekitar leher dan kepala, serta menyempurnakan aliran darah di kepala sehingga mencegah sakit kepala serta menjaga kekencangan kulit wajah.
- b. Memberikan relaksasi pada otot dan tulang leher. Di leher, terdapat banyak jaringan sistem saraf dan pembuluh darah yang menghubungkan kepala dan bagian badan. Gerakan ini tidak secara langsung akan menghindarkan seseorang dari gangguan saraf.

Di era moderen ini, perkembangan keilmuan begitu dasyat. Dalam satu atau dua dekade terakhir, muncul kecenderungan baru di kalangan psikolog dalam usaha untuk menyembuhkan penyakit-penyakit kejiwaan. Kecenderungan baru ini merupakan hasil dari perhatian mereka yang lebih besar terhadap penggunaan agama dalam menyembuhkan penyakit kejiwaan. Dari hasil penelitian, mereka menemukan bahwa iman kepada allah akan menumbuhkan semacam kekuatan spritual pada manusia dalam memikul beratnya beban kehidupan (<http://mediafitra.wordpress.com>).

Dr.Alexis Carel (1873-1944), dalam bukunya "L'Homme, cet inconnu (man, The unknown)," pada bagian shalat dan penyembuh ajaib, mengatakan, "segi-segi aktifitas kejiwaan memberikan perubahan anatomi pada jaringan dan anggota tubuh secara seimbang. Fenomena organik ini dapat dilihat pada kondisi yang sangat berbeda sebagai akibat dari aktifitas shalat." (Hilmi al-khuli:89).

Di antara mereka bahkan dengan sadar mengikrarkan keislamannya setelah melihat kesesuaian penelitian mereka dengan apa yang telah di kabarkan oleh islam empat belas abad yang lampau.⁹ Hal ini sekali lagi menegaskan bahwa ajaran islam bersumber dari al-

Haq, Zat Yang Mahabena, Allah. Allah berkalam, yang artinya *“kebenaran itu adalah dari Tuhanmu, sebab itu jangan sekali-kali kamu termasuk orang-orang yang ragu.”* (**Al-Baqarah:147**).

Berikut ini beberapa penjelasan tentang hubungan antara shalat dan kesehatan jiwa yang penulis dapat parkan dari berbagai rujukan. Semoga bermanfaat.

A. Shalat Memberikan Ketentraman Jiwa

Menurut Dr.Y. Lebman (Hilmi Al-Khuli: 203), setelah melakukan ujicoba dan penelitian selama seperempat abad, ia menemukan bahwa ketenangan jiwa merupakan tujuan utama dalam mengarungi hidup. Ketenangan dan ketentraman itu dapat tumbuh dan berkembang tanpa bantuan harta, bahkan tanpa bantuan kesehatan. Karna itu, ketenangan jiwa merupakan anugerah yang diberikan Allah kepada hamba-hamba Nya yang terpilih. Ketenangan jiwa akan memberikan banyak hal berupa kecerdasan kesehatan dan ketenangan.

Shalat sebagai satu-satunya ibadah yang di perintahkan langsung dri langit melalui peristiwa Isra dan Mikraj, telah mampu memberikan rasa tentram dan nyaman bagi yang menegakkannya dengan penuh keikhlasan dan kekhusukan. Allah telah menjanjikan dalam kalam-Nya, yang artinya, *“sesungguhnya orang-orang yang beriman, mengajarkan amal shaleh, mendirikan shalat dan menunaikan zakat, mereka mendapat pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada kekawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.”* (**Al-Albaqarah: 277**)

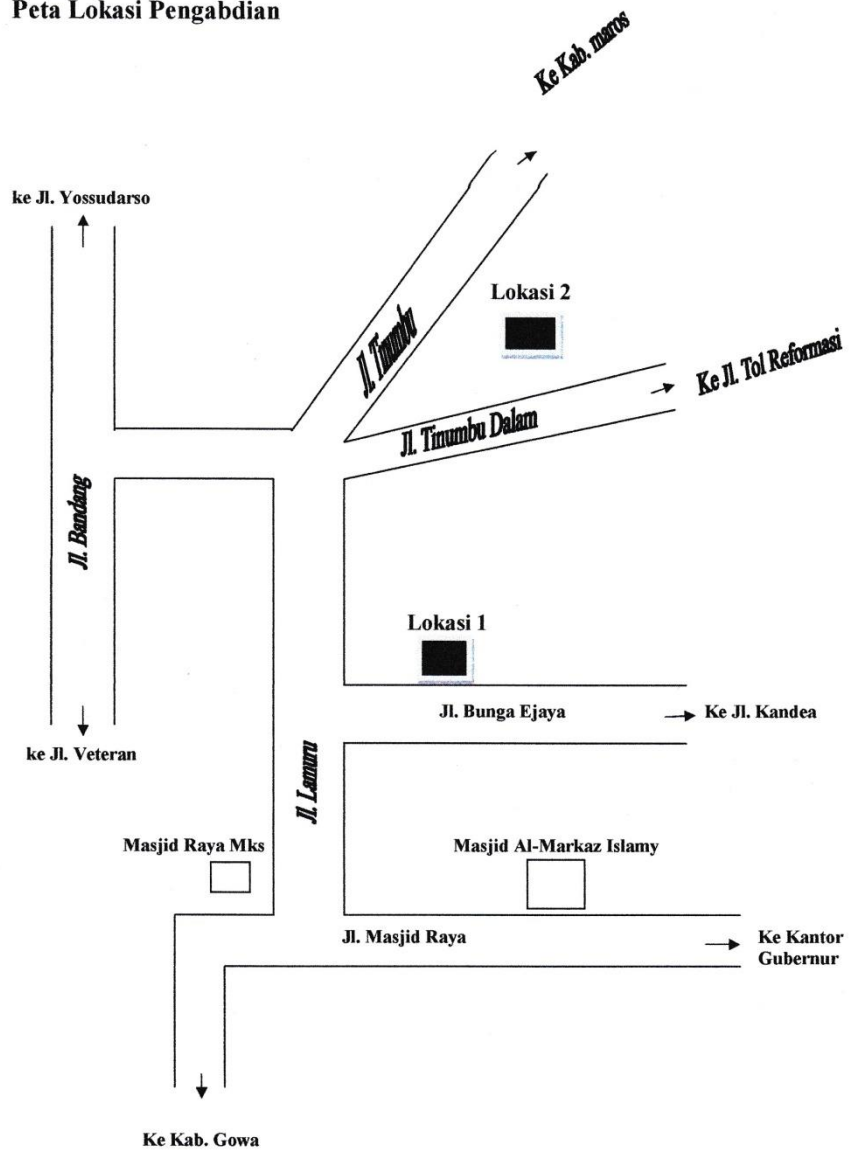
Rasa tenang ini di peroleh karna di dalam shalat, seorang hamba mampu berkomunikasi langsung dengan Rabbnya dalam bentuk munajat lantunan ayat, doa, dan zikir. Bila hal ini dilakukan dengan benar dan penuh kekhusukan, otomatis akan memberikan ketenangan dan ketentraman. Sebagai mana Allah terangkan dalam kalam-Nya yang artinya, *“(yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.”* (**Ar-Ra’d: 28**)

Melalui shalat, seseorang di sadarkan bahwa ada kekuatan luar biasa telah memantaunya dan menjadi pelindung dari setiap gejolak kehidupan. Jika seseorang melaksanakan shalat dengan sebenarnya, maka ia tidak akan pernah merasa labil. Sebab, mereka menyadari bahwa kehidupan mempunyai tujuan yang tinggi. Bagi setiap manusia yang ingin meraih kebahagiaan abadi, tidak ada jalan lain kecuali menjalin hubungan dengan sumber eksistensi alam seutuhnya. Untuk itu, ketika manusia menjalin hubungan

dengan Allah, ia akan merasakan ketenangan yang luar biasa dan kedamaian sepenuhnya.
Setiap orang yang melakukan shalat dengan ikhlas dan benar sesuai aturan shariat



Peta Lokasi Pengabdian





**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
LEMBAGA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
GEDUNG MENARA PINISI LANTAI 3**

Alamat : Jl. A.P.Pettarani Kampus UNM Gunungsari Baru Makassar 90222, Fax. (0411); 868879, 868794
e-mail : lpmunm@gmail.com

SURAT TUGAS/IZIN

Nomor : 386/UN36.10/PM/2016

Ketua Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Negeri Makassar, dengan ini menugaskan/mengizinkan kepada :

Nama : Dr.H.Muhammadong, S.Ag., M.Ag
NIDN : 0028047406
Jabatan/Pangkat/Gol : Lektor Kepala/ Penata TK.I/III.d
Unit Kerja/Jurusan : FIK/Penjaskesrek
Judul IbM : IbM Kelompok Majelis Taklim di Kecamatan Bontoala Kota
Makassar
Lokasi Kegiatan : Kota Makassar
Jangka Waktu : 8 Bulan
Sumber Dana : IBM Dikti
Tim Anggota : 1. Drs.H.Arifuddin Usman , M.Kes
2. Wahyudin, S.Pd., M.Pd

Untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat tahun anggaran 2016 sesuai waktu dan lokasi yang telah di tentukan.

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan harap memberikan laporan setelah selesai melaksanakan tugas tersebut.

Makassar, 6 April 2016
Ketua

Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Si.
NIP.196612101991031004

Tembusan :

1. Rektor Universitas Negeri Makassar
2. Dekan FIK Universitas Negeri Makassar

MASJID JU'RAH
KELOMPOK MAJELIS TAKLIM MASJID JU'RAH
Sekretariat : Jalan Tinumbu Lr. 153 Kelurahan Layang Kecamatan Bontoalan
KOTA MAKASSAR

SURAT KETERANGAN

Yang Bertanda Tangan di Bawah Ini, Ketua Majelis Taklim Masjid Ju'ranah
Menerangkan :

Nama : Dr. H. Muhammadong, S. Ag., M. Ag
Nip : 197404282006041001
Pangkat/Golongan : Penata Tk.I/iiid
Jabatan : Lektor Kepala
Anggota : 1. Drs. H. Arifuddin Usman, M. Kes
: 2. Dr. Wahyudin, S. Pd., M. Pd

Bahwa Yang Tersebut Diatas Telah Melaksanakan Pengabdian Masyarakat Pada
Kelompok Majelis Taklim Masjid Ju'ranah Dengan Judul : **"Manfaat Gerakan
Shalat"**.

Demikian Surat Keterangan Ini Dibuat Untuk Dipergunakan Sebagaimana Mestinya.

Makassar, 27 Oktober 2016
Ketua



H. Marwiah, S. Pdi

MASJID MIFTAHUNNUR
KELOMPOK MAJELIS TAKLIM MASJID MIFTAHUNNUR
Sekretariat : Jalan Bunga Ejaya No. 13 Kel. Bungan Ejaya Kec. Bontoalan
KOTA MAKASSAR

SURAT KETERANGAN


Yang Bertanda Tangan di Bawah Ini, Ketua Majelis Taklim Masjid Ju'ranah Menerangkan :

Nama : Dr. H. Muhammadong, S. Ag., M. Ag
Nip : 197404282006041001
Pangkat/Golongan : Penata Tk.I/iiid
Jabatan : Lektor Kepala
Anggota : 1. Drs. H. Arifuddin Usman, M. Kes
: 2. Dr. Wahyudin, S. Pd., M. Pd

Bahwa Yang Tersebut diatas namanya Telah Melaksanakan Pengabdian Masyarakat Pada Kelompok Majelis Taklim Masjid Ju'ranah dengan Judul : **"Manfaat Gerakan Shalat"**.

Demikian Surat Keterangan Ini dibuat Untuk Dipergunakan Sebagaimana Mestinya.

Makassar, 27 Oktober 2016
Ketua


Irawati Dahlan, S. Pdi





**KEMENTERIAN RISET, DAN TEKNOLOGI PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR**

LEMBAGA PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Alamat : Jln. A.P.Pettarani Makassar Gedung Pinisi Lantai 3

Telp. 869854, 860468 Fax. 0411-868794, Kode Pos 90222

e-mail : lpmunm@gmail.com; Laman: www.lppm.unm.ac.id

**SURAT PERJANJIAN
PELAKSANAAN PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
TAHUN ANGGARAN 2016
PROGRAM IPTEKS BAGI MASYARAKAT (IbM)
NOMOR: 63 /UN36.10/PM/2016**

Pada hari ini Kamis tanggal sepuluh bulan Maret tahun dua ribu enam belas, kami yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Si. : Ketua LPM Universitas Negeri Makassar, bertindak atas nama Rektor Universitas Negeri Makassar, yang selanjutnya dalam Surat Perjanjian ini disebut sebagai **PIHAK PERTAMA**.
2. Dr. Muhammadong, S.Ag.,M.Ag. : Dosen Universitas Negeri Makassar, dalam hal ini bertindak sebagai pengusul dan ketua pelaksana Hibah Program Pengabdian Pada Masyarakat Mono Tahun Tahun Anggaran 2016; untuk selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

PIHAK PERTAMA dan **PIHAK KEDUA** secara bersama-sama bersepakat mengikatkan diri dalam suatu Perjanjian Pelaksanaan Penugasan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun Tahun Anggaran 2016 dengan ketentuan dan syarat-syarat sebagaimana diatur dalam Pasal-pasal sebagai berikut:

Pasal 1

- (1) **PIHAK PERTAMA** memberi tugas kepada **PIHAK KEDUA**, dan **PIHAK KEDUA** menerima tugas tersebut untuk melaksanakan kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun Ipteks bagi Masyarakat (IbM) dengan **"IbM Kelompok Majelis Taklim di Kecamatan Bontoala Kota Makassar"**
- (2) **PIHAK KEDUA** bertanggungjawab penuh atas pelaksanaan, administrasi, dan keuangan atas pekerjaan sebagai dimaksud pada ayat (1) dan berkewajiban menyerahkan semua bukti-bukti pengeluaran serta dokumen pelaksanaan lainnya dalam bendel laporan yang tersusun secara sistematis kepada **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 2

- (1) **PIHAK PERTAMA** menyerahkan dana untuk kegiatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 1 sebesar Rp. 36.000.000,- (**Tiga puluh enam juta rupiah**) Berdasarkan Surat Perjanjian Pelaksanaan Hibah Pengabdian tahun 2016 **036/SP2H/PPM/DRPM/II/2016** dan Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Makassar Nomor: **1050/UN36/PM/2016** Tanggal 3 Maret 2016 yang dibebankan kepada DIPA Ditlitabmas Dikti Nomor **SP DIPA – 042.06-0/2016**

(2) Dana Penugasan pelaksanaan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dibayarkan oleh **PIHAK PERTAMA** kepada **PIHAK KEDUA** secara bertahap dengan ketentuan sebagai berikut:

- a) Pembayaran Tahap Pertama sebesar 70% dari total bantuan dana kegiatan yaitu $70\% \times \text{Rp. } 36.000.000,- = \text{Rp. } 25.200.000,-$ (**Dua puluh lima juta dua ratus ribu rupiah**)
- b) Pembayaran Tahap Kedua/Terakhir sebesar 30% dari total bantuan dana kegiatan yaitu $30\% \times \text{Rp. } 36.000.000,- = \text{Rp. } 10.800.000,-$ (**Sepuluh juta delapan ratus ribu rupiah**), dibayarkan setelah **PIHAK KEDUA** menyerahkan *hardcopy* Laporan Kemajuan Pelaksanaan Penugasan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun dan Laporan Penggunaan Anggaran 70% yang telah dilaksanakan kepada **PIHAK PERTAMA** dan mengunggah soft copynya ke SIM-LITABMAS paling lambat tanggal 30 Juni 2016.
- c) **PIHAK KEDUA** bertanggungjawab mutlak dalam pembelanjaan dana tersebut pada ayat (1) sesuai dengan proposal kegiatan yang telah disetujui dan berkewajiban untuk menyerahkan kepada **PIHAK PERTAMA** semua bukti-bukti pengeluaran sesuai jumlah dana yang diberikan oleh **PIHAK PERTAMA**.
- d) **PIHAK KEDUA** berkewajiban mengembalikan sisa dana yang tidak dibelanjakan kepada **PIHAK PERTAMA** untuk disetor ke Kas Negara.

Pasal 3

Dana Penugasan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) dibayarkan kepada **PIHAK KEDUA** melalui rekening yang diajukan dan atas nama **PIHAK KEDUA**.

Pasal 4

- (1) **PIHAK KEDUA** berkewajiban menindaklanjuti dan mengupayakan hasil Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun berupa hak kekayaan intelektual dan atau publikasi ilmiah sesuai dengan luaran yang dijanjikan pada Proposal.
- (2) Perolehan hasil sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dimanfaatkan sebesar-besarnya untuk pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi.
- (3) **PIHAK KEDUA** berkewajiban untuk melaporkan perkembangan perolehan hasil sebagaimana dimaksud pada ayat (1) kepada **PIHAK PERTAMA** selambat-lambatnya pada tanggal 30 Oktober 2016.

Pasal 5

- (1) **PIHAK KEDUA** berkewajiban mengunggah laporan kemajuan pelaksanaan kegiatan ke SIM-LITABMAS paling lambat tanggal 30 Juni 2016 sesuai ketentuan pada Buku Panduan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Edisi IX Mono Tahun Tahun 2016.
- (2) **PIHAK PERTAMA** melakukan Monitoring dan Evaluasi internal terhadap kemajuan pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun tahun 2016 sebelum pelaksanaan monitoring dan evaluasi eksternal oleh Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.

Pasal 6

Perubahan terhadap susunan tim pelaksana dan substansi pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun dapat dibenarkan apabila telah mendapat persetujuan tertulis dari Direktur Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi

Pasal 7

- (1) **PIHAK KEDUA** berkewajiban mengunggah Laporan Akhir pelaksanaan Penugasan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun Tahun 2016 sesuai ketentuan pada Panduan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Edisi IX 2013 dan mengisi Rekapitulasi Laporan Penggunaan Anggaran 100%, Pengisian Capaian Hasil, unggah poster, artikel ilmiah dan profile pada SIM-LITABMAS paling lambat tanggal 10 November 2016.
- (2) Hard copy Laporan Akhir dan Rekapitulasi Laporan Penggunaan Anggaran sebagaimana dimaksud ayat (1) diserahkan kepada **PIHAK PERTAMA** paling lambat tanggal 10 November 2016.

Pasal 8

- (1) Apabila **PIHAK KEDUA** selaku ketua pelaksana sebagaimana dimaksud pada Pasal 1 tidak dapat melaksanakan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun Tahun 2016, maka **PIHAK KEDUA** wajib mengusulkan pengganti ketua pelaksana yang merupakan salah satu anggota tim kepada **PIHAK PERTAMA**.
- (2) Apabila **PIHAK KEDUA** tidak dapat melaksanakan tugas dan tidak ada pengganti ketua sebagaimana dimaksud dalam Pasal 1 maka **PIHAK KEDUA** harus mengembalikan dana kepada **PIHAK PERTAMA** yang selanjutnya disetor ke Kas Negara.
- (3) Bukti setor sebagaimana dimaksud pada ayat (2) disimpan oleh **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 9

- (1) Apabila sampai dengan batas waktu yang telah ditetapkan untuk melaksanakan Hibah Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun telah berakhir, **PIHAK KEDUA** belum menyelesaikan tugasnya dan atau terlambat mengirim laporan Kemajuan dan atau terlambat mengirim laporan akhir, maka **PIHAK KEDUA** dikenakan sanksi denda sebesar 1 % (satu permil) setiap hari keterlambatan sampai dengan setinggi-tingginya 5% (lima persen), terhitung dari tanggal jatuh tempo sebagaimana tersebut pada pasal 1 ayat (1), 2 dan ayat (3), yang terdapat dalam Surat Perjanjian Pelaksanaan Hibah Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun Universitas Negeri Makassar Tahun Anggaran 2016 ;
- (2) Denda sebagaimana dimaksud pada ayat (3) disetorkan ke Kas Negara dan foto copy bukti setor denda yang telah divalidasi oleh KPPN setempat diserahkan kepada **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 10

- (1) Apabila dikemudian hari judul Program Pengabdian Kepada Masyarakat sebagaimana dimaksud pada Pasal 1 ditemukan adanya duplikasi dengan Program Pengabdian Kepada Masyarakat lain dan/atau ditemukan adanya ketidakjujuran/itikad kurang baik yang tidak sesuai dengan kaidah ilmiah, maka kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat tersebut dinyatakan batal dan **PIHAK KEDUA** wajib mengembalikan dana Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun Tahun 2016 yang telah diterima kepada **PIHAK PERTAMA** yang selanjutnya disetor ke Kas Negara.
- (2) Bukti setor sebagaimana dimaksud pada ayat (1) disimpan oleh kepada **PIHAK PERTAMA**.

Pasal 11

Hal-hal dan atau segala sesuatu yang berkenaan dengan kewajiban pajak berupa PPN dan/atau PPh menjadi tanggungjawab **PIHAK KEDUA** dan harus dibayarkan ke kantor pelayanan pajak setempat sebagai berikut:

1. Pembelian barang dan jasa dikenai PPN sebesar 10% dan PPh 22 sebesar 1,5%;
2. Belanja honorarium dikenai PPh Pasal 21 dengan ketentuan:
 - a. 5% bagi yang memiliki NPWP untuk golongan III, serta 6% bagi yang tidak memiliki NPWP.
 - b. Untuk golongan IV sebesar 15%; dan
3. Pajak-pajak lain sesuai ketentuan yang berlaku.

Pasal 12

- (1) Hak atas kekayaan intelektual yang dihasilkan dari pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun diatur dan dikelola sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.
- (2) Hasil Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun berupa peralatan dan/atau alat yang dibeli dari kegiatan ini adalah milik Negara yang dapat dihibahkan kepada institusi/lembaga/masyarakat melalui Surat Keterangan Hibah.

Pasal 13

- (1) Apabila terjadi perselisihan antara **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA** dalam pelaksanaan perjanjian ini akan dilakukan penyelesaian secara musyawarah dan mufakat, dan apabila tidak tercapai penyelesaian secara musyawarah dan mufakat maka penyelesaian dilakukan melalui proses hukum.
- (2) Hal-hal yang belum diatur dalam perjanjian ini diatur kemudian oleh kedua belah pihak.

Pasal 14



Surat Perjanjian Penugasan Pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat Mono Tahun T.A 2016 ini dibuat rangkap 3 (tiga) dua diantaranya bermaterai cukup sesuai dengan ketentuan yang berlaku, dan biaya materainya dibebankan kepada **PIHAK KEDUA**.

PIHAK PERTAMA



Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Si.
NIP. 19661210 199103 1 004

PIHAK KEDUA



Dr. Muhammadong, S.Ag., M.Ag.
NIP 19740428 200604 1 001